گھر بھر کی جسمانی بیماریوں ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔
32
لاہور
ماہنامہ عبقری ®
فروری 2009ء بمطابق صفر المظفر 1430 ہجری
باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔
قیمت فی شمارہ
20 روپے
ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں
آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی
ہر سال حج کرنے کا خاص اور آزمودہ عمل
معرفت کے سپہ سالار حضرت جنید بغدادیؒ
فروری سے لطف اندوز ہوں
عنابی قہوہ سو فیصد کمالات کے ساتھ
شادی یا سودی کاروبار
صاحب حزب البحر کے مجرب عملیات
گھریلو معالج بننے کے آسان گر
شوگر کے مرض کا آسان اور سستا علاج
رحمت اللعالمین صلی اللہ علیہ وسلم کی زیارت اور قدم بوسی
بالوں والی جناتی کھوپڑیاں
جلد کی حفاظت اور دانوں سے بچاؤ
خواتین کے لیے بیش بہا نیکیاں
کالا جادو اور میرے ساٹھ سالہ تجربات

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوب، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 8 جلد نمبر 3 فروری 2009 بمطابق صفر المظفر 1430ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور فروری 2009ء

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

پی۔ایچ۔ڈی (امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، حاجی میاں محمد طارق

قیمت فی شمارہ 20 روپے اندرون ملک سالانہ 240 روپے
بیرون ملک سالانہ 50 امریکی ڈالر

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے: اگر آپ ''ماہنامہ'' عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا زر سالانہ -/240 روپے ہے۔ اور ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری کا اندراج ہوتا ہے اگر زر سالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -/240 روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جا سکے۔ اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تاکہ یکم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گذارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے اور بارہا ایسا اتفاق بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ سپیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کا فائدہ ہوگا اور اس کو تعاون کی یقین دہانی کرائیں اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت

فہرست مضامین

صفحہ نمبر	عنوان
(2)	ہر سال حج کرنے کا خاص اور آزمودہ عمل (حال دل)
(3)	درس ہدایت
(4)	فروری سردی کا مہینہ
(5)	معرفت کے سپہ سالار حضرت جنید بغدادیؒ
(6)	ظفر المظفر میں رب کا حقیقی قرب
(7)	عنابی قہوہ سو فیصد کمالات کے ساتھ
(8)	اسلامی نظام طہارت اور یورپی معاشرہ
(9)	شادی یا سودی کاروبار
(10)	جلد کی حفاظت اور دانوں سے بچاؤ
(11)	ماں کی محبت اور بیٹے کا انصاف
(12)	خواتین پوچھتی ہیں
(13)	مصالحے صحت اور راحت کا سامان
(14)	حزب صاحب البحرؒ کے مجرب عملیات
(15)	سیب، طاقت اور قوت کا خزانہ
(16)	خواتین کے لئے بیش بہا نیکیاں
(17)	ایمان کی سلامتی کے لئے دعا
(18)	بھلائی پر خرچ کرنے کا صلہ
(19)	نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج
(20)	روحانی بیماریوں کا شافی علاج
(22)	بابرکت ہستی کا معجزہ
(23)	قارئین کے سوالات قارئین کے جوابات
(24)	گھریلو معالج بننے کا آسان گر
(25)	رزق میں تنگدستی کے اسباب
(26)	روحانی بیماریوں کا روحانی علاج
(28)	بالوں والی جناتی کھوپڑیاں
(29)	سید الانبیاء ﷺ کی مسکراہٹ
(30)	کالا جادو اور میرے ساٹھ سالہ تجربات
(31)	آپ کا خواب اور تعبیر
(32)	رحمۃ اللعالمین ﷺ کی زیارت اور قدم بوسی
(33)	زوال سے پہلے صحت کی قدر
(34)	قارئین کی خصوصی تحریریں
(36)	جنسی صحت اور معاشرے کے مسائل
(38)	بقایاجات
(39)	مایوس اور لاعلاج مریضوں کے لیے آزمودہ اور پرتاثیر دوائیں

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زر سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

ضروری اطلاع

☆ یکم جنوری 2009 سے حکیم صاحب سے ملاقات کے لیے آنے سے پہلے فون نمبر 042-7552384 یا موبائل نمبر 0322-4688313 پر وقت لے کر آئیں (وقت لینے کے لیے صبح دس بجے سے دوپہر بارہ بجے تک رابطہ کریں) ☆ حکیم صاحب صرف (پیر، منگل، بدھ، جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات دو بجے اور موسم گرما میں تین بجے شروع ہوتے ہیں۔ ☆ روزانہ صرف تیس لوگوں سے ملاقات ہوگی۔ بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے، بحث سے گریز کریں ☆ وقت لیتے وقت یہ بات ذہن نشین کر لیں کہ آپ کی باری اگلے دن بھی آ سکتی ہے ☆ یہ شیڈول اندرون اور بیرون شہر سے آنے والے تمام ملاقاتی حضرات کے لیے ہے۔ ☆ وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہو جائے گی۔ ☆ یہ شیڈول روحانی و جسمانی مسائل میں مبتلا افراد کے علاوہ تمام ملاقاتیوں کے لیے بھی ہے۔

مستقل پتہ: دفتر ماہنامہ ''عبقری'' مرکز روحانیت وامن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

Website:www.ubqari.net | 0322-4688313، 042-7552384

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز پرنٹرز، 9 ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا۔

ہرسال حج کرنے کا خاص اور آزمودہ عمل

حال دل

قسمت کے سکندر ہی یہ عمل کرینگے اور لبیک سے رب کو منائیں گے۔ بس غور سے تحریر پڑھیں۔ (ایڈیٹر کے قلم سے)

قارئین ہرسال بے شمار احباب تقاضا کرتے ہیں کہ کچھ حج کے احوال بیان کروں۔ بات سن کر خاموش ہو جاتا ہوں کہ ان کو کیا احوال بتاؤں کہ حج پر لیکر جانیوالے (گروپ آرگنائزر) جن لوگوں سے واسطہ پڑتا تھا وہ بتاتے کیا تھے اور سامنا کسی اور بھیانک روپئے سے ہوتا تھا۔ بس سالہا سال یہ کشمکش رہی۔ احباب ایک دوسرا سوال یہ بھی کرتے رہتے ہیں کوئی ایسا عمل بتائیں کہ اسباب نہیں اور حج وعمرہ کرنے کو دل بہت چاہتا ہے۔ ان دوسوالات کو سامنے رکھتے ہوئے اپنے تجربات اور مشاہدات قارئین کی نظر کررہا ہوں۔ پہلا سوال احباب یہ کرتے ہیں کہ اگر ہم حج کے لئے کسی پرائیویٹ گروپ کے ساتھ جائیں تو کوئی ایسے گروپ کی نشاندہی کریں جو کم قیمت بھی ہو اور خالص خدمت کا جذبہ بھی رکھتا ہو کیونکہ پرائیویٹ گروپ اور ان کے چکا چوند دعوے اور ہر حاجی کو سبز باغ دکھانے میں جو فن اور کمال رکھتے ہیں وہ ایک علیحدہ مکمل داستان بن سکتی ہے۔ قارئین تو یہاں تک بھی سوال کرتے ہیں کہ وہ کھانا کیا دیتے ہیں۔ کھانے میں کیا کیا ڈش کھلاتے ہیں؟ کوئی اضافی سامان، سہولت یا تحفہ حاجی کو دیتے ہیں جو کسی اور پرائیویٹ گروپ سے بڑھ کر ہو وغیرہ وغیرہ اس سے بھی زیادہ حیرت انگیز سوالات ہرسال بندہ سے کیے جاتے ہیں۔ حج کرنے والے حضرات مسلسل اصرار کرتے رہتے ہیں کہ ہماری رہبری کی جائے لیکن بندہ اس سلسلے میں خاموشی میں عافیت سمجھتا ہے۔ اب اس سال امید کی ایک کرن نظر آئی اور ایک واقعی خدمت کرنے والے حج گروپ سے واسطہ پڑا تو کچھ لکھ رہا ہوں تاکہ احباب اور قارئین تک سچی تصویر پہنچا سکوں۔ موجودہ حج گروپ (گلوبل حج اینڈ عمرہ سروس) جس کے سربراہ ڈاکٹر طاہر محمود (ایم بی بی ایس موبائل نمبر 0300-8652839)، ایک نیک صورت، نیک سیرت، مخلص، دردِدل رکھنے والے اور ہر حاجی کے لئے انفرادی توجہ لئے ہوئے دن رات پھرتے نظر آئے۔ مجھے تو یہ بھی معلوم نہ ہو سکا کہ وہ آرام کس وقت کرتے ہیں۔ حاجی کیمپ میں پہنچتے ہی رات کی سخت سردی میں ڈاکٹر صاحب نے حج کے لئے جانے والے اور انہیں چھوڑنے والوں کو سینڈوچ بسکٹ، کیک اور چائے پیش کی۔ پھر حاجی کیمپ میں مزید چائے بسکٹ سے تواضع ہوئی۔ ہر حاجی کی رہبری خوش اخلاقی، محبت اور پیار سے کی گئی کیونکہ 95 فیصد حاجی نو وارد ہوتے ہیں۔ جو مناسک حج، ارکان حج حتیٰ کہ احرام باندھنے تک کا طریقہ نہیں جانتے۔ مکہ مکرمہ میں فل پیکیج (چالیس دن) والوں کے لئے حرم کے نہایت قریب، بہترین بلڈنگ دی گئی۔ تھکے ہوئے حاجیوں کے لئے تیل مالش کرنے کے لئے دو آدمیوں کی ڈیوٹی اور حاجن عورتوں کے لئے دو خواتین کی ڈیوٹی ہمہ وقت موجود تھی۔ آپ کا سامان سواری سے کمرے تک خود پہنچے گا۔ آپ کو تھکنے، اٹھانے اور گھسیٹنے کی ضرورت نہیں۔ سفر حج شروع ہونے سے قبل ڈاکٹر صاحب نے ایک بڑے ہال میں تمام حج پر جانے والے خواتین وحضرات کو بلایا۔ طریقہ حج بہت تفصیل سے سمجھایا اور چلتے ہوئے ہر شخص کو حج کے لئے ضروری سامان بطور گفٹ پیش کیا، جس کی تفصیل مندرجہ ذیل ہے۔ ایک عدد خوبصورت مضبوط اور بڑا بیگ، ایک عدد چھوٹا ہینڈ بیگ، خواتین کے لئے برقعہ، اسکارف، دو عدد جرابوں کے جوڑے، قیمتی سامان رکھنے کے لئے بیلٹ، خوبصورت بنیان، بہترین سفید تولیہ، لکھنے کے لئے پیڈ اور قلم، چھوٹی قینچی، سوئی دھاگہ، ازار بند ڈالنی، سیفٹی پن کا سیٹ، جیبی رومال، کنگھا، شیشہ، مسواک، برش، نیل کٹر، حج وعمرہ رہنمائی کے لئے بیش قیمت مستند کتابیں، بیگ کے لئے تالہ، جوتے کے لیے مضبوط تھیلی۔ قارئین کے اگلے سوال کا جواب کہ کھلاتے کیا ہیں؟ مختلف اوقات میں جو کچھ کھلایا وہ مندرجہ ذیل ہے۔ گولڈن سیب ہر کمرے میں بکثرت موجود رہے، فانٹا، سیون اپ، پیپسی (ٹین پیک) جتنا چاہیں پئیں، جتنا چاہے ڈائیننگ ہال میں استعمال کریں اور جتنا چاہیں کمروں میں لے جائیں۔ دو فریج اکثر بھرے رہتے تھے۔ آئس کریم کے دو ڈیپ فریزر میں نے اکثر بھرے دیکھے اور جی بھر کر لوگوں کو کھاتے دیکھا۔ اس کے علاوہ مختلف اوقات میں انگور، کیلے، ناشپاتی، دہی، مکھن، بالائی، حلوہ، انڈہ پراٹھا، انڈہ آملیٹ، چائے ہر کھانے کے ساتھ اور ہر وقت موجود، کسٹرڈ، فرنی، سادہ روٹی توے پر پکی ہوئی، اسٹرابری جوس، اچار، شہد، جام کے جار اکثر کمروں میں موجود رہتے تھے اور ہر ڈائیننگ ٹیبل پر بھی موجود رہتے تھے۔ دودھ پینے کے لئے، پینے کے پانی کی بوتلیں اور ہر کمرے کے سامنے زم زم کولر موجود رہتا تھا۔ کھانے میں پلاؤ، بریانی، چھوٹے گوشت کا قورمہ، کالی مرچ میں پکی ہوئی سبزی، دال مونگ، لسی، یخنی، خاص قسم کا روسٹ گوشت، روسٹ بٹیر، کوفتے، انڈے، چائنیز سوپ، زردہ پستہ بادام کے ساتھ) قیمہ مٹر، کدو چنے کی دال، پالک گوشت، رائیتہ، سبزیوں کا سلاد، دال ماش، چکن لیگ پیس، چائنیز چکن اور مزید چائنیز کھانے۔ ہر باتھ روم میں ڈینول سوپ، لکس صابن اور سن سلک شیمپو۔ ہر وقت ٹھنڈا اور گرم پانی موجود تھا۔ کپڑے دھونے اور استری کرنے کے لئے دھوبی کی سہولت بالکل فری تھی۔ آپ چاہیں سینکڑوں کپڑے دھونے کے لئے دیں خود لے جائے گا اور خود دے جائے گا۔ اگر آپ دھوبی سے کپڑے نہیں دھلانا چاہتے تو چھت پر لفٹ کے ذریعے جائیں۔ بہترین واشنگ مشین اور سرف پاؤڈر موجود تھا جو بالکل مفت تھا۔ کپڑے دھوئیں۔ رسیاں بندھی ہوئیں تھیں ڈالیں خشک کریں اور نیچے استری موجود تھی کہ خود کپڑے استری کرلیں۔ ورنہ تو حج کے دنوں میں پندرہ سے تیس ریال تک دھلائی ہم نے خود اپنی جیب سے اس سے قبل ادا کی ہے۔ مختلف جگہوں پر سفر کرنے کے دوران ملازمین کی سہولت جو آپ کے سامان کو مقررہ کمرے تک بحفاظت پہنچائے اس کے علاوہ تھی۔ اگر کسی عذر کے باعث آپ حرم نہیں جاسکتے تو باجماعت نماز کی سہولت اور مستند علماء کے بیانات، بترتیب حج اور مسائل حج روزانہ بیان کیے جاتے۔ دوران حج گمشدہ افراد کے لئے گائیڈ کی سہولت موجود تھی۔ خود بندہ کے ساتھ یہ معاملہ ہوا کہ ہمیں ڈرائیور نے کسی انجانی منزل پر اتار دیا۔ ہماری منزل مزدلفہ تھی۔ رات کا وقت تھا ہم نے ڈاکٹر صاحب سے موبائل پر رابطہ کیا۔ ڈاکٹر صاحب نے فرمایا کہ قریب کوئی بھی بس یا ویگن مل جائے، چاہے جتنے ریال لے، دے کر آجائیں وہ میں خود ادا کرونگا۔ ہم نے ایسا کیا اور ایک ڈرائیور کو منہ مانگے ریال دیئے لیکن اس نے پھر کسی انجانی منزل پر اتار دیا۔ پھر موبائل پر رابطہ کیا۔ ڈاکٹر صاحب نے جگہ کا پتہ پوچھا۔ گھنٹے ڈیڑھ کے بعد ان کا آدمی ہاتھ میں کتبہ لئے، ڈھونڈتے ڈھونڈتے پہنچا اور رہبر بن کر ہمیں منزل تک پہنچایا۔ یہ معاملہ صرف ہمارے ساتھ نہیں تھا۔ حج کے پانچ دنوں کے دوران ہر حاجی پر انفرادی توجہ دی گئی اور ہر حاجی ڈاکٹر صاحب کو دعائیں دے رہا تھا۔ بلڈنگ میں قیام کے دوران اگر آپ ٹرانسپورٹ کی سہولت لینا چاہتے ہیں اور چلنا نہیں چاہتے تو پانچ ایئر کنڈیشنڈ کوسٹر ہر وقت موجود تھیں جو آپ کو حرم لے جائیں اور لے آئیں۔ واضح رہے کہ حج کے پانچ دنوں کے دوران ہر گروپ لیڈر کا اعلان ہوتا ہے کہ ہر شخص اپنی ذمہ داری پر آئے، جائے گا اور گزشتہ سالوں میں یہ ہمارے ساتھ ہوتا رہا حتیٰ کہ ویگن کی چھتوں پر ہم نے سفر کیا، لٹک کر سفر کیا لیکن ڈاکٹر صاحب نے خوب انتظام کیا تھا کہ منیٰ، مزدلفہ، عرفات، مکہ مکرمہ، مدینہ منورہ، جدہ ان تمام اسفار میں کبھی نہ چھت پر بیٹھنا ہوا (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

سحر مدفون کا نکالنا: سورۂ کوثر کے مسلسل روزانہ پڑھنے سے اگر گھر میں جادو گڑا ہوا ہو اور اس کی جگہ معلوم نہ ہو، معلوم ہو جائیگا کہ سحر فلاں جگہ دفن ہے۔

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

صحابہ کرامؓ نے اپنی زندگی کے ایک ایک نظام کی قربانی دی تھی۔ ان قربانیوں کے بعد رزق کے دروازے کھلے تھے۔

رزق حلال کے طریقے

قارئین کرام! عام سننے میں آتا ہے کہ ''روزی تلاش کرو''۔ آج میں آپ کی خدمت میں اس جملے کا صحیح اور اصل مفہوم عرض کروں گا۔ اس کو یاد رکھیے گا اور ذہن نشین کر لیجئے گا۔ روزی تلاش کرنا کیا ہے؟ کسی اللہ والے نے فرمایا کہ روزی کے ذرائع تلاش کرو نہ کہ اسباب۔ روزی ان ذرائع سے آئے گی جو ذرائع حضور مکرم ﷺ نے فرمائیں ہیں۔ دنیا کو اللہ تعالیٰ نے دارالاسباب بنایا ہے۔ یہ جو ہمیں دھوکا لگا ہوا ہے کہ دکان سے ہو رہا ہے، دفتر سے ہو رہا ہے، زمین سے ہو رہا ہے اور تجارت سے ہو رہا ہے اور میرے کرنے سے روزی بڑھ رہی ہے۔ یہ سب فریب ہے۔ ایک درس میں میں نے عرض کیا تھا کہ نیک اور پرہیز گار دکاندار کے پاس کوئی آدمی چیز لینے گیا۔ دکاندار نے گاہک کا مطلوبہ سامان دکھایا، گاہک نے کہا کہ چیز ایک نمبر ہے یا دو نمبر۔ دکاندار نے چیز اٹھائی اور ایک طرف رکھ دی اور گاہک کو جواب دیا کہ جناب میں نے رات کو چین سے سونا ہے۔ بس ایک لفظ میں کہانی ختم ہوگئی۔ دکاندار کا مقصد تھا کہ میں دو نمبر چیزیں نہیں بیچتا، چیز لینی ہے تو ٹھیک ہے ورنہ دوکان سے باہر ہو جاؤ کیونکہ میں نے بے چینی سے رات نہیں گزارنی۔ پہلے بھی کئی دفعہ عرض کر چکا ہوں کہ روزی ہمیشہ روح کی طاقت پر ملتی ہے جسم کی طاقت پر نہیں۔ ایک جگہ ایک آدمی حلوہ روٹی تقسیم کر رہا تھا۔ تقسیم کے دوران ایک بہت موٹا آدمی اس سے روٹی لینے آیا۔ اس نے اسے ایک روٹی دی۔ ساتھ کھڑے آدمی نے تقسیم کرنے والے کو کہا کہ اس کے جسم کا ہی خیال کر، ایک روٹی سے اس کا کیا بنے گا۔ اس نے مزید ایک روٹی کے اوپر حلوہ رکھ کر موٹے آدمی کو دے دیا۔ وہ خاموشی سے روٹی لے کر ایک طرف ہو گیا ہے۔ روٹی تقسیم کرنے والے کا بڑا بھائی آیا اس نے دیکھا کہ وہ شخص روٹی لیکر ایک طرف ہو گیا۔ اس نے موٹے آدمی کو آواز دی جس کا نام غالباً نام فدا حسین تھا، کہا مزید روٹی چاہیے؟ اس نے کہا کہ ملک صاحب نہیں، گزارہ ہو جائے گا۔ یہ ایک چھوٹی سی مثال دی ہے۔ اس بات کو سمجھانے کے لیے کہ جتنا طاقتور یا موٹا جسم ہوتا ہے۔ اس کے مطابق روٹی کی ترتیب بنائی جاتی ہے۔

پہلے بھی یہ بات بتا چکا ہوں پھر دوہرا رہا ہوں، روزی طاقتور روح کے ذریعے ملتی ہے، طاقتور جسم سے نہیں۔ اگر ایسا ہوتا تو پھر موٹے جسم والے کی روزی زیادہ ہوتی اور ہر بندہ موٹا ہونے کی کوشش کرتا۔ لیکن موجودہ دور اس کے برعکس ہے کہ ہر آدمی سمارٹ ہونے کی دوڑ میں لگا ہوا ہے۔

میرے دوستو! روح کی طاقت پر روٹی ملتی ہے، رزق کی تقسیم ہوتی ہے۔ روح جتنی طاقتور ہوتی چلی جائے گی، رزق بڑھتا چلا جائے گا۔ جیسے جسم کو طاقتور اور صحت مند رکھنے کے لیے مناسب غذا کی ضرورت ہوتی ہے۔ اسی طرح روح کی بھی غذا ہے۔ روح کی غذا کیا ہے؟ نیکیاں، عبادات، تسبیح، درود شریف، دھیان والی نماز، توجہ والی دعا، زاری والی تلاوت، یہ تمام روح کی غذائیں ہیں۔ آپ جانتے ہیں کہ حضرت عکرمہؓ کون تھے؟ حضرت عکرمہؓ کے والد کا نام ابوجہل تھا۔ یہ وہی تو تھے جو حضرت بلالؓ کو اتنا مارتے تھے کہ تھک جاتے تھے۔ لیکن جب مسلمانوں پر ظلم و ستم کرنے کے بعد توبہ کی اور کالی کملی ﷺ والے کی غلامی اختیار کی تو اللہ پاک راضی ہو گئے۔ ہمارا سو فی صد یقین ہے کہ وہی عکرمہؓ جنت میں اللہ پاک کی نعمتوں کو لوٹ رہے ہیں اور ان کا باپ ابوجہل جہنم میں جل رہا ہے۔ مسلمان ہونے کے بعد حضرت عکرمہؓ کے دل میں قرآن مجید کی اتنی عظمت تھی کہ قرآن مجید اٹھا کر فرماتے تھے کہ یہ میرے رب کا کلام ہے۔ پھر فرماتے، پھر فرماتے اور اسی کیفیت میں بے ہوش ہو جاتے تھے۔

اللہ کے امتحان میں کامیابی

دوستو! آپ کو ایک عجیب بات بتاؤں جو میں نے ایک اللہ والے سے سنی تھی کہ صحابہ کرامؓ کی ساری تاریخ پڑھ کر دیکھیں تو آپ کو معلوم ہوگا کہ صحابہ کرامؓ پر مسلسل سات سال مجاہدے آئے ہیں۔ قربانیاں آئی ہیں اور خوب آئی ہیں۔ پھر سات سال کے بعد اللہ تعالیٰ نے ان کے لیے رزق کے فیصلے کیے ہیں۔ اللہ پاک نے صحابہ کرامؓ کو اتنا رزق دیا کہ کوئی صحابیؓ ایسا نہ تھا جو زکوٰۃ نہ دیتا ہو۔ یہاں آپ کو ایک وضاحت کرتا چلوں کہ زکوٰۃ کب فرض ہوتی ہے؟ جب مال ضرورتوں سے بڑھ جائے تو زکوٰۃ فرض ہوتی ہے۔ ضرورتوں پر تو زکوٰۃ ہے ہی نہیں۔ صحابہ کرامؓ نے سات سال قربانی دی ہے کہ میں نے جھوٹ بول کر رزق نہیں کمانا، یہ حرام کام نہیں کرنا، اس سے اللہ جل شانہٗ کا دین مٹتا ہے۔ اس ذریعے سے میں رزق حرام نہیں کماؤں گا۔ ان سات سالوں میں صحابہ کرامؓ نے اپنے من کی، اپنی چاہتوں کی، اپنے بچوں کی، اپنے گھر کی، اپنی زندگی کے ایک ایک نظام کی قربانی دی ہے۔ ان قربانیوں کے بعد رزق کے دروازے کھلے تھے کہ **"فی دین اللہ افواجا"** کہ دین کے اندر فوجوں کی فوجیں داخل ہوئیں۔ میں ایک تفسیر پڑھ رہا تھا کہ اللہ جل شانہٗ نے صحابہ کرامؓ کی قربانیوں اور مجاہدوں پر اتنا مال دیا کہ ایران کے بادشاہ کا تخت جو سونے کا بنا ہوا تھا اور ستائیس (27) من کا تھا اسے کلہاڑوں سے کاٹ کاٹ کر صحابہ کرامؓ میں تقسیم کیا گیا اور جس گھر میں سونا کلہاڑوں سے کٹا ہوا آئے۔ کیا اس گھر میں رزق کی کوئی کمی ہوگی؟ کوئی کمی نہیں ہو گی۔ اسی بات پر اپنے حضرت شیخ کی بڑی پرانی بات یاد آئی کہ دیکھو نیکیوں کو لکڑی کے ٹال کے ترازو کے مطابق کرو اور گناہوں کو سنار کے ترازو پر پرکھو۔ مطلب یہ ہے کہ جس طرح لکڑی کے ٹال والا لکڑی تولتے وقت کلو یا دو کلو کے زائد وزن کو کوئی اہمیت نہیں دیتا تم بھی نیکی کرتے وقت زائد نیکی کی طرف توجہ نہ دو۔ اور اگر کوئی گناہ سرزد ہو جائے تو اس کو سنار کے ترازو پر پرکھیں، جس طرح سنار سونے کا وزن کرتے وقت ہوا تک کے وزن کو اہمیت دیتے ہیں اور بڑی احتیاط سے سونے کا وزن کرتے ہیں۔ تم بھی گناہوں سے بچنے کیلئے یہ طریقہ اختیار کرو تا کہ حتیٰ الامکان تم سے گناہ سرزد نہ ہو پھر اللہ پاک تمہارے لیے رزق میں برکت کے فیصلے کریگے۔ (جاری ہے)

دردِ شکم دور کرنے کے لیے: 1/2 چمچہ کریلے کا پانی ہر کھانے کے بعد پینے سے پیٹ کے درد کو آرام آتا ہے اور طبیعت پر سکون ہو جاتی ہے۔

فروری سردی کا مہینہ

ناشتہ میں حسب استطاعت انڈا، دودھ، مکھن، دلیہ، ڈبل روٹی اور استعمال مفید ہے۔تاہم چائے کا بکثرت استعمال نہیں کرنا چاہیے۔دوپہر،شام کے کھانوں میں گوشت، مچھلی، سبزیاں استعمال کرنی چاہیے۔ (احمد جاوید، کراچی)

طبی نکتہ نگاہ سے موسم سرما انسانی صحت کے لیے مفید ہوتا ہے۔ بیمار حضرات کو اس موسم میں علاج کرانا چاہیے کیونکہ جلد صحت یاب ہونے کی توقع ہوتی ہے چونکہ موسم سرما ہے تو یہ ضروری ہے کہ موسم کی مناسبت سے ایسی ہدایات درج کردی جائیں تاکہ موسم سرما کے عوارضات سے محفوظ رہا جاسکے۔موسم سرما کے امراض میں نزلہ، زکام اور کھانسی پیش پیش ہیں اور بلغمی دمہ کا نزلی مزاج کے اشخاص جلد شکار ہو جاتے ہیں۔ان دنوں میں سردی سے بچاؤ کا خصوصی انتظام کرنا چاہیے اگر احتیاطی تدابیر اختیار کی جائیں تو موسم کے عوارضات سے بچا جاسکتا ہے۔ چھوٹے بچوں بالخصوص شیر خوار بچوں کے جسم چونکہ قدرتی طور پر بہت سبک اور نازک ہوتے ہیں اس لیے انہیں اچھی طرح کپڑوں سے ڈھانپے رکھنا اشد ضروری ہے۔کیونکہ سرد ہوا کا جھونکا انہیں کسی شدید عارضہ میں مبتلا کرسکتا ہے۔ اس لیے ٹھنڈے پانی سے غسل کی بجائے نیم گرم پانی سے غسل کرانا چاہیے۔ ذرا سی لاپرواہی اس موسم میں حد درجہ خطرناک ثابت ہوسکتی ہے۔لباس کا اہتمام بھی موسم کی مناسبت سے ٹھنڈے کپڑوں کی بجائے گرم کپڑوں کا کرانا چاہیے۔اس سلسلہ میں ہر شخص اپنی حیثیت، حالت، صحت و قوت مدافعت کے مطابق موٹے کپڑوں کی قمیض، گرم سوائیٹر، بازو والی واسکٹ، جرسی اور کوٹ وغیرہ پہن سکتا ہے۔ تاہم سر، سینہ اور گردن کو سردی سے بچانے کا خصوصی اہتمام ہونا چاہیے۔

حفظان صحت کے اصولوں پر سختی سے عمل کرنا چاہیے کیونکہ مثل مشہور ہے ''سو علاج نہ ایک پرہیز'' صبح و شام سردی کے اوقات بلا ضرورت باہر نہیں نکلنا چاہیے۔علی الصبح بیدار ہو کر نماز کے بعد ہلکی پھلکی ورزش مفید ہے۔ تاہم ورزش میں بدن پر ہلکے کپڑے ہونے چاہئیں۔ ورزش کے بعد گرم کپڑے پہن لیں۔ رات چونکہ سرد ہوتی ہے۔ اس لیے بند یا بالکل کھلے کمرے میں نہیں سونا چاہیے بلکہ کمرہ میں کوئی کھڑکی یا روشندان ضرور کھلا ہونا چاہیے اس موسم میں پاؤں کو زیادہ سے زیادہ گرم رکھنا چاہیے۔کیونکہ پاؤں کی طبعی حالت انسان کی پوری جسمانی صحت کے نظام پر بڑی حد تک اثر انداز ہوتی ہے۔

غذا: گرمیوں میں بھوک زیادہ لگتی ہے۔جسم سے فضلات بذریعہ پسینہ آسانی سے خارج ہوجاتے ہیں اور حرارت وتوانائی برقرار رہتی ہے۔موسم سرما میں سرد ہوا سے جسم کے مسامات بند ہو جاتے ہیں۔ پسینہ نہیں آتا اور حرارت وتوانائی کا نظام صحیح نہیں رہتا۔اس موسم میں جسم کی حرارت کو برقرار رکھنے کے لیے زیادہ توانائی کی ضرورت ہوتی ہے اس لیے اہل ذوق وحیثیت حضرات کو اس موسم میں اعتدال سے مرغن اشیاء شوق سے استعمال کرنی چاہئیں اور گرم تاثیر والی غذائیں، خشک میوہ جات بھی استعمال کیے جاسکتے ہیں۔یہ موسم خوش خوراکی کے لحاظ سے بہترین موسم ہے۔لہٰذا اس موسم میں ثقیل اور غیر مقوی حرارت پیدا کرنے والی اشیاء بھی جلد ہضم ہو جاتی ہیں۔اس لیے بہتر سے بہتر غذا استعمال کرنی چاہیے۔

ناشتہ میں حسب استطاعت انڈا، دودھ، مکھن، دلیہ، ڈبل روٹی کا استعمال مفید ہے۔تاہم چائے کا بکثرت استعمال نہیں کرنا چاہیے۔دوپہر، شام کے کھانوں میں گوشت، مچھلی، سبزیاں استعمال کرنی چاہئیں۔گرم مصالحوں کا استعمال بھی اعتدال کے ساتھ کرنا چاہیے۔دوپہر کو صرف پھل پر ہی گزارہ مناسب ہے اور شام کو خوب سیر ہوکر کھایا جائے۔اگر ممکن ہو تو مہینہ میں دوچار بار خصوصی تکلف بھی کرلیا جائے تو عین مناسب ہے۔ گاجر جسے اطباء سستا سیب قرار دیتے ہیں اس میں نہایت مقوی اجزاء ہوتے ہیں اور اس فائدہ بخش غذائی سبزی کا بھی استعمال مفید ہے۔سنگترہ بھی استعمال کرنا چاہیے۔ کھانے کے دوران پانی کا استعمال نہ کریں۔کھانے کے آدھ گھنٹہ قبل یا بعد پانی پیا جائے تاہم اس کا مطلب یہ نہیں کہ روٹی کا نوالہ اٹک (بقیہ صفحہ نمبر 10 پر)

سلیقہ مندی

فضول خرچی کا دوسرا نام معاشی تنگی ہے اور کفایت شعاری کا دوسرا نام معاشی فارغ البالی (مولانا وحیدالدین خان)

کمانا مشکل ہے مگر خرچ کرنا اس سے بھی زیادہ مشکل ہے۔جو شخص صحیح طور پر خرچ کرنا جانے، وہ کم آمدنی میں بھی زیادہ آمدنی والی زندگی گزار سکتا ہے۔اس کے برعکس جو آدمی صحیح طور پر خرچ کرنا نہ جانے، وہ زیادہ آمدنی میں بھی کم آمدنی والے مسائل میں مبتلا رہے گا۔ حقیقت یہ ہے کہ جو شخص سلیقہ اور کفایت کے ساتھ خرچ کرنا جان لے، اس کو گویا اپنی آمدنی کو بڑھانے کا ہنر معلوم ہوگیا۔اس نے اپنی آمدنی میں مزید کمائے بغیر اضافہ کرلیا۔خرچ کرنے سے پہلے سوچیے۔ٹھیک اسی طرح جیسے آپ کمانے سے پہلے سوچتے ہیں۔جو کچھ کیجئے منصوبہ بند انداز میں کیجئے اور پھر آپ کبھی معاشی پریشانی میں مبتلا نہ ہوں گے انشاءاللہ۔فضول خرچی کا دوسرا نام معاشی تنگی ہے اور کفایت شعاری کا دوسرا نام معاشی فارغ البالی۔ اس حقیقت کی وضاحت کے لیے یہاں ایک واقعہ نقل کیا جاتا ہے۔

مجھے ایک صاحب کا واقعہ معلوم ہے۔انہوں نے ایم ایس سی کیا۔اس کے بعد ان کو ۴۰۰ روپے ماہوار کی سروس ملی۔انہوں نے طے کیا کہ اس رقم میں سے صرف دوسو روپیہ کو میں اپنی آمدن سمجھوں گا اور بقیہ دوسو کو اکاؤنٹ میں جمع کروں گا۔ان کی تنخواہ بڑھتی رہی۔ایک ہزار، ۲ ہزار، ۳ ہزار، ۴ ہزار، ۵ ہزار مگر انہوں نے ہمیشہ کل تنخواہ کے نصف کو اپنی آمدن سمجھا اور بقیہ نصف کو ہر ماہ اپنے اکاؤنٹ میں جمع کرتے رہے۔اس طرح دس سالہ زندگی گزارنے کے بعد انہوں نے اپنا اکاؤنٹ دیکھا تو انہیں معلوم ہوا کہ ان کے اکاؤنٹ میں ایک بڑی رقم جمع ہوچکی ہے۔اب انہوں نے سروس چھوڑ کر بزنس شروع کردیا۔آج وہ اپنے بزنس میں کافی ترقی کرچکے ہیں۔مگر زندگی کا جو طریقہ انہوں نے ابتدا میں اختیار کیا تھا اس پر وہ آج بھی قائم ہیں۔وہ نہایت کامیابی کے ساتھ ایک خوشحال زندگی گزار رہے ہیں۔

اب اس کے برعکس مثال لیجئے۔ایک صاحب کو وراثتی تقسیم میں یک مشت ایک لاکھ روپیہ ملا۔انہوں نے اس کے ذریعے سے کپڑے کی ایک دکان کھولی۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

ازدواجی زندگی: گھر اور مال وہ میراث ہے جو باپ سے حاصل ہوتی ہے لیکن دانش مند بیوی نعمت خداوندی ہے۔

معرفت کے سپاہ سالار حضرت جنید بغدادیؒ

حضرت جنید بغدادیؒ نے فرمایا اللہ تعالیٰ کی نعمتوں کو پا کر اس کی نافرمانی نہ کی جائے، میرے نزدیک اسی کا نام شکر ہے۔ ایک سات سالہ بچے کی زبان سے یہ الفاظ سن کر تمام بزرگ جھوم اٹھے۔

(اشتیاق احمد، سکھر)

آپ کا خاندانی نام جنیدؒ، والد محترم کا نام محمدؒ اور دادا کا نام جنید قواد یری تھا۔ دادا کے نام پر آپ کا نام رکھا گیا۔ ابوالقاسم آپ کی کنیت تھی۔ حضرت جنید بغدادیؒ کی تاریخ پیدائش میں اختلاف ہے بعض تذکرہ نگاروں نے نہایت محتاط انداز میں 215ھ کو حضرت جنیدؒ کا سال ولادت قرار دیا ہے۔

آپ کے آباؤ اجداد نہاوند کے باشندے تھے۔ حضرت جنیدؒ کی ولادت سے پہلے آپ کے والد جناب محمدؒ نے ترک وطن کر کے بغداد کی سکونت اختیار کر لی تھی۔ حضرت جنیدؒ بغدادی کے والد محترم آئینہ سازی اور شیشہ گری کے آلات کی تجارت کیا کرتے تھے۔ بغداد منتقل ہونے کے بعد بھی جناب محمدؒ نے اپنا وہی کاروبار جاری رکھا۔ جب حضرت جنیدؒ پانچ چھ سال کے ہوئے تو والد کے حکم سے دکان پر جا کر بیٹھنے لگے ایک دن حضرت جنید بغدادیؒ اپنے والد محترم کے ساتھ دکان پر بیٹھے ہوئے تھے کہ آپ کے ماموں حضرت سری سقطیؒ تشریف لائے اور اپنے بہنوئی جناب محمدؒ کو مخاطب کر کے فرمایا یہ بچہ دکانداری اور تجارت کے لیے پیدا نہیں ہوا ہے آپ کے والد صاحب نے فرمایا پھر آپ ہی فرما دیں کہ یہ بچہ کس کام کے لیے دنیا میں آیا ہے۔ جناب محمدؒ حضرت سری سقطیؒ جیسے عارف باللہ کی بات کا مفہوم سمجھنے سے قاصر تھے۔ اس لیے سرسری لہجے میں بولے یہ دکاندار کا بیٹا ہے، دکاندار ہی بنے گا۔ حضرت سری سقطیؒ نے فرمایا یہ کوئی کلیہ نہیں، اللہ اپنی قدرت بے مثال کو جس طرح چاہے ظاہر کرے۔ انشاء اللہ یہ بچہ وہی بنے گا جو میری آنکھیں دیکھ رہی ہیں۔ حضرت سری سقطیؒ حضرت جنیدؒ کو اپنے گھر لے آئے۔ اب حضرت جنیدؒ ایک عارف وقت کی صحبت کے سائے میں پرورش پا رہے تھے۔ حضرت سری سقطیؒ نے حضرت جنیدؒ کو اپنے رنگ میں رنگنا شروع کر دیا۔ ابھی ایک ہی سال گزرا تھا کہ حضرت سری سقطیؒ حج بیت اللہ کے لیے تشریف لے گئے۔ اس مقدس سفر میں حضرت جنیدؒ بھی اپنے ماموں کے ہمراہ تھے اور آپ کی عمر مبارک محض سات سال تھی۔ مکہ معظمہ پہنچنے کے بعد ایک دن ایک مجلس خاص میں حضرت سری سقطیؒ تشریف فرما تھے اور آپ کے گرد عارفوں کا جھوم تھا۔ باتوں باتوں میں یہ مسئلہ چھڑا کہ شکر کیا ہے؟ تمام بزرگوں نے مختلف انداز میں اپنے اپنے خیالات کا اظہار کیا۔ آخر میں حضرت سری سقطیؒ نے حضرت جنیدؒ بغدادی سے مخاطب ہو کر کہا کہ تم ہی بتاؤ شکر کسے کہتے ہیں۔ آپؒ نے فرمایا اللہ تعالیٰ کی نعمتوں کو پا کر اس کی نافرمانی نہ کی جائے میرے نزدیک اسی کا نام شکر ہے۔ ایک سات سالہ بچے کی زبان سے یہ الفاظ سن کر تمام بزرگ جھوم اٹھے۔ بہت دیر تک حضرت جنیدؒ کی ذہانت کی تعریف کرتے رہے۔ حضرت جنیدؒ فرماتے ہیں کہ میں نے اپنے ماموں کی ہدایت کے مطابق سب سے پہلے حدیث اور فقہ کا علم حضرت ابوثورؒ سے حاصل کیا اور آٹھ سال آپ کی خدمت میں رہے اور پھر تصوف کی تعلیم حاصل کرنے کے لیے شیخ ابوعبداللہ حارث محاسبیؒ کی خدمت میں حاضری دی اور تین سال تک آپ کی صحبت سے فیض یاب ہونے کے بعد اپنے حقیقی مرشد کی بارگاہ میں حاضر ہوئے۔ حضرت سری سقطیؒ کے دستِ حق پر باقاعدہ بیعت کی۔ شیخ فریدالدین عطارؒ آپ کے مجاہدات بیان کرتے ہوئے لکھتے ہیں کہ حضرت جنید بغدادیؒ اہل تصوف کے پیشوا تھے۔ وہ آپ کو سیدالطائفہ ''گروہ صوفیاء کے سردار'' کہتے تھے اور طاؤس العلماء اور سلطان المحققین لکھتے تھے۔ آپ شریعت اور حقیقت کی انتہا پر تھے۔ زہد و عشق میں بے نظیر تھے اور طریقت میں مجتہد کا درجہ رکھتے تھے۔ حضرت علی ہجویریؒ نے کشف المحجوب میں ان کو طریقت میں شیخ المشائخ اور شریعت میں امام الائمہ لکھا ہے۔ علامہ اقبالؒ بال جبریل میں فقر جنیدؒ کو سراہتے ہوئے لکھتے ہیں۔

شوکت سنجر و سلیم تیرے جلال کی نمود
فقر جنیدؒ و بایزید تیرا جمال بے نقاب

سیر اولیاء میں ہے کہ حضرت جنیدؒ فرمایا کرتے تھے میں نے مدینے کی گلیوں میں حق کو پایا ہے۔ لوگوں نے پوچھا کیسے؟ فرمایا ایک روز میں مدینے کے بازار میں چلا جا رہا تھا کہ چند خستہ حال لوگوں کو دیکھا جن کی پریشانی کی کیفیت بیان میں نہیں آسکتی مجھے ان پر رحم آیا۔ میں نے چاہا کہ میں بھی ان کے ساتھ رہوں ان سے موانست اختیار کروں۔ چنانچہ ان کی صحبت میں رہا اور سمجھ گیا کہ خدا شکستہ حالوں کے ساتھ ہے۔ حضور معلم ومقصود کائنات ﷺ نے مرد مومن کی شان اس طرح بیان کی ہے کہ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں کہ ہم اس کے کان بن جاتے ہیں۔ اس کی آنکھ بن جاتے ہیں اس کی زبان بن جاتے ہیں۔ علامہ اقبالؒ نے بھی اپنے ایک شعر میں کم وبیش اسی مضمون کو بیان کیا ہے۔

کہ بندگی کا اعلیٰ ترین مقام یہ ہے کہ جب بندہ دعا کے لیے ہاتھ اٹھائے تو کارساز عالم اس کی دعا کو قبول فرمائے۔ ایسے ہی بندے کو مستجاب الدعوات کہتے ہیں۔ یہی کرامت ہے اور اسی کا نام تصوف ہے۔۔۔ یہی کشف باطن ہے اور یہی روشن ضمیری ہے اور اللہ کے وحدہ لا شریک ہونے پر غیر متزلزل یقین۔ حضرت جنیدؒ فرمایا کرتے تھے میں نے دس برس تک دل کے دروازے پر بیٹھ کر دل کی حفاظت کی ہے۔ پھر دس سال تک میرا دل میری نگرانی کرتا رہا۔ اب بیس سال ہوئے کہ نہ میں دل کی خبر رکھتا ہوں اور نہ دل میری خبر رکھتا ہے۔ اس کے سوا کچھ نہیں مگر لوگ اس بات کو نہیں جانتے۔ جب بندے کے عشق اور محویت کا یہ عالم ہو تو پھر اس میں کیا شک کہ اللہ اپنے بندۂ مومن کا ہاتھ بن جائے۔ ایک دن حضرت جنیدؒ مسجد میں تشریف لے گئے۔ وہاں درویشوں کا اجتماع تھا اور آیات قرآنی پر بحث ہو رہی تھی پھر اسی دوران مرد مومن کی طاقت کا ذکر چھڑ گیا۔ تمام درویش اپنے اپنے خیالات کا اظہار کرتے رہے۔ آخر میں ایک درویش نے حاضرین کو مخاطب کرتے ہوئے کہا کہ مرد مومن کی روحانی طاقت کا اندازہ نہیں کیا جا سکتا۔ میں ایک ایسے شخص کو جانتا ہوں کہ اگر وہ مسجد کے ایک ستون سے کہہ دے کہ آدھا سونے کا ہو جا اور آدھا چاندی کا تو اسی وقت ہو جائے گا۔ حضرت جنیدؒ فرماتے ہیں کہ میں نے اس درویش کا دعویٰ سن کر مسجد کے ستون کی طرف دیکھا واقعتاً وہ آدھا سونے کا تھا (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

قارئین کی تحریروں کا انتظار

آپ نے کوئی ٹوٹکہ۔ یا کسی بھی طریقہ علاج کو آزمایا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزمایا اور کامیاب ہوئے، آپ کے مشاہدے میں کسی پھل، سبزی، میوے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے، اخبار میں پڑھے ہوں یا کبھی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ ہوا ہو، کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو۔ آپ کو لکھنا نہیں آتا ہے بے ربط لکھیں لیکن ضرور لکھیں ہم نوک پلک سنوار لیں گے، اپنے کسی بھی تجربے کو غیر اہم سمجھ کر نظر انداز نہ کریں شاید جو آپ کیلئے غیر اہم اور عام ہو وہ دوسرے کی مشکل حل کر دے۔ یہ صدقہ جاریہ ہے مخلوق خدا کو نفع ہوگا۔ انشاء اللہ۔ آپ اپنی تحریریں بذریعہ ای میل بھی بھیج سکتے ہیں۔

ubqari@hotmail.com

صفر المظفر میں رب کا حقیقی قرب

یہ مہینہ اللہ تعالیٰ کی محبت اور قرب پانے کا مہینہ ہے، عبادت کرنیوالوں کو خاص کمال اور عظمت ملتی ہے۔ آیئے اس کا ایک لمحہ فراموش نہ کریں۔ اس ماہ جو اپنا وقت گزاریں گے وہ بلاؤں سے محفوظ رہیں گے۔

جولوگ اس عظیم مہینے میں عبادت الٰہی میں اپنا وقت گزاریں گے، اللہ پاک اس کے گناہوں کو معاف فرمائے گا۔

نفل نماز: ماہ صفر کا چاند دیکھ کر نماز مغرب اور نماز عشاء کے درمیان چار رکعت نماز دو سلام سے پڑھے۔ ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص گیارہ گیارہ مرتبہ پڑھنی ہے۔ پھر سلام پھیرنے کے بعد ایک ہزار مرتبہ اس درود پاک کو پڑھے۔ **اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدِ ۨالنَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَ رَحْمَۃُ اللّٰہِ وَ بَرَکَاتُہٗ**

اللہ تعالیٰ اس نماز اور درود پاک پڑھنے والے کے تمام گناہ معاف فرما کر ان شاء اللہ تعالیٰ مغفرت فرمائے گا۔

اوّل شب بعد نماز عشاء چار رکعت نماز پڑھے۔ پہلی رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ الکافرون پندرہ بار، دوسری میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ اخلاص پندرہ بار تیسری میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ الفلق پندرہ بار، چوتھی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ الناس پندرہ بار پڑھے۔ یہ نماز بعد نماز عشاء پڑھنی چاہیے۔ پھر سلام کے بعد ایک سو مرتبہ پڑھے **اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ** پھر ستر مرتبہ کوئی سا بھی درود پاک پڑھنا ہے۔ نماز عشاء کے وتر اور نفل اس نماز کے بعد پڑھنے چاہئیں۔ اس نماز کے پڑھنے والے کو اللہ پاک تمام بلاؤں آفتوں سے محفوظ رکھے گا، انشاء اللہ تعالیٰ۔

صفر المظفر کے نوافل:

ماہِ صفر کے کسی بھی دن بوقت چاشت غسل کر کے دو رکعت نماز پڑھے۔ ہر رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ پھر بعد سلام کے ستر مرتبہ یہ درود پاک پڑھے۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدِ ۨالنَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَ عَلٰی اٰلِہٖ وَ اَصْحَابِہٖ وَ بَارِکْ وَسَلِّمْ o پھر ایک مرتبہ یہ دعا پڑھنی ہے: **اَللّٰھُمَّ صَرِّفْ عَنِّی سُوْءَ ھٰذَا الْیَوْمِ وَاَعْصِمْنِی مِنْ سُوْئِہٖ وَنَجِّنِیْ عَمَّا اَصَابَ فِیْہِ بِفَضْلِکَ یَادَافِعَ الشُّرُوْرِ یَامَالِکَ النُّشُوْرِ یَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِیْنَ وَ صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّاٰلِہِ الْاَمْجَادِ وَ بَارِکْ وَسَلِّمْ o**

ان شاء اللہ تعالیٰ اس نماز اور دعا کی برکت سے اللہ پاک اسے تمام بلاؤں اور صعوبتوں سے محفوظ رکھے گا۔

کسی بھی دن بعد نماز ظہر دو رکعت نماز پڑھے۔ ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ اخلاص تین تین مرتبہ پڑھے۔ بعد سلام کے سورۂ الم نشرح اسی بار سورۂ والتین اسی مرتبہ۔ سورۂ النصر اسی مرتبہ اور سورۂ اخلاص اسی مرتبہ پڑھے۔ یہ نماز ترقی رزق کیلئے بہت افضل ہے۔ کسی بھی دن قبل نماز عصر چار رکعت نماز دو سلام سے پڑھے اور ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ الکوثر ستر ستر مرتبہ سورۂ اخلاص پانچ پانچ دفعہ پڑھے۔ بعد سلام کے یہ دعائے مکرمہ ایک مرتبہ پڑھنی ہے۔

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ط یَاشَدِیْدَ الْقُوٰی یَاشَدِیْدَ الْمِحَالِ یَا مُفَضِّلُ یَامُکَرِّمُ لَآ اِلٰہَ اِلَّا اَنْتَ بِرَحْمَتِکَ یَا اَرْحَمَ الرّٰحِمِیْنَ o اس نماز اور دعا کے پڑھنے والے کو اللہ پاک تمام آفات و بلیات سے محفوظ رکھے گا۔

دعا: کسی بھی ایک دن کو نماز فجر تا عشاء ہر نماز کے بعد یہ آیاتِ قرآنی ایک مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے خود بھی پیئے اور دوسروں کو بھی پلائے۔

سَلَامٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِیْمٍ (یٰسین آیت نمبر 58) **سَلَامٌ عَلٰی نُوْحٍ فِی الْعٰلَمِیْنَ o سَلَامٌ عَلٰی اِبْرَاھِیْمَ o سَلَامٌ عَلٰی مُوْسٰی وَ ھَارُوْنَ o سَلَامٌ عَلٰی اِلْیَاسِیْنَ o** (الصفت آیت نمبر 79، 109، 120، 130) **سَلَامٌ عَلَیْکُمْ طِبْتُمْ فَادْخُلُوْھَا خٰلِدِیْنَ** (الزمر آیت نمبر 73) **سَلَامٌ ھِیَ حَتّٰی مَطْلَعِ الْفَجْرِ** (القدر آیت نمبر 5)

یہ سات آیاتِ قرآنی درازی عمر، حفاظت جان و مال کیلئے بہت افضل ہیں۔

جادو سے چھٹکارا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میری بہن کی وجہ سے ہم سب گھر والے بہت پریشان تھے۔ ان کی طلاق ہو چکی تھی اور کسی عزیز نے اُن پر جادو کر دیا تھا کہ پھر کبھی رشتہ نہ ہو۔ کئی رشتے آتے اور بات پوری ہونے کے بعد پھر ختم ہو جاتی۔ میں نے عبقری پڑھا اور بہت اچھا لگا۔ کئی لوگوں نے عبقری سے فیض پایا۔ بس یہی سوچ کر آپ کو فون کیا۔ جس میں آپ نے درج ذیل وظیفہ 501 بار روزانہ پڑھنے کو کہا 40 دن حد 90 دن۔ ’’**یَادَائِمَ الْعِزَّۃِ وَالْبَقَاءِ وَیَا وَاھِبَ الْجُوْدِ وَالْعَطَاءِ یَا وَدُوْدُ ذُوالْعَرْشِ الْمَجِیْدُ۔ فَعَّالٌ لِّمَا یُرِیْدُ** (البروج آیت نمبر 16) **اَللّٰھُمَّ رَبَّنَا اَنْزِلْ عَلَیْنَا مَائِدَۃً مِّنَ السَّمَآءِ تَکُوْنُ لَنَا عِیْدًا لِّاَوَّلِنَا وَاٰخِرِنَا وَاٰیَۃً مِّنْکَ وَارْزُقْنَا وَاَنْتَ خَیْرُ الرّٰزِقِیْنَ** (المائدہ آیت نمبر 14) **یَا تَنَکْفِیْلُ بِحَقٍّ یَا صَمَدُ الْغَفَّارُ ذَا الْمَنِّ عَلٰی جَمِیْعِ خَلْقِہٖ یَا صَمَدُ**‘‘

اس کی برکت سے میری بہن کی شادی ہو گئی اور اتنا اچھا، نیک، دین دار، محبت کرنیوالا شوہر ملا ہے کہ ہم سب دکھ بھول گئے ہیں۔ شکر الحمد للہ۔ اللہ کے بعد آپ کی شکر گزار ہوں۔ اللہ تعالیٰ آپ کو اس کا اجر دنیا اور آخرت میں بے حساب دے (آمین)

(صبا۔ ملتان)

ایڈیٹر کا اعتراف

آپ کی نظروں سے بندہ کی کتب (تالیفات) اور رسالہ گزرا ہوگا۔ ہر ممکن کوشش کی ہے کہ کہیں کمپوزنگ یا مضمون میں غلطی نہ ہو اگر کسی کتاب یا رسالہ میں کہیں غلطی ہو گئی ہو تو ضرور اصلاح اور اطلاع فرمائیں۔ اپنے آپ کو طالب علم سمجھتا ہوں۔ نہ چاہتے ہوئے بھی غلطی ممکن ہے۔ آپ کی مخلصانہ رائے کتب اور رسالہ کے بارے میں نہایت قیمتی اور خلوص پر مبنی ہوگی۔ اس سے یقیناً کتب اور رسالہ کی اصلاح میں مدد ملے گی۔ نیز عبقری میں فرقہ ورانہ اور متعصب تحریریں نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہٰذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جواب دہ نہیں۔

(ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

سکتہ کے خاتمے کے لیے: ہینگ لیں اور اسے عرق سونف میں ڈال کر پیس لیں۔ مریض کو یہ سنگھانے سے سکتہ دور ہو جاتا ہے۔

عنابی قہوہ سو فیصد کمالات کے ساتھ

دفتری زندگی اور کاروباری زندگی یا مشکلات میں الجھے اور گھریلو پریشانیوں میں مبتلا مرد و خواتین جب ہر ٹانک سے عاجز آگئے ہوں انہیں جب بھی عنابی قہوہ دیا گیا نئی زندگی نیا ولولہ اور جسم میں نئی روح ملی اور صحت و تندرستی کا حسین امتزاج ملا دن میں چند بار یہ قہوہ پینا چاہیے (ایڈیٹر حکیم طارق محمود مجذوبی چغتائی)

ادھر کسی کو زکام یا نزلہ ہوا چھینکیں آئیں دماغ کمزور ہوا، قبل از وقت بڑھاپا ہوا، نگاہ کمزور ہوئی، نیند کی کمی، دماغی الجھنیں، ٹینشن، ڈپریشن ہوا، الرجی ڈھیٹ ہوئی یا خواتین نے چپکے سے کان میں اپنی نسوانی تکلیف لیکوریا کا مسئلہ بیان کیا، بس والدہ مرحومہ نے فوراً اسی قہوے کی ترکیب اور اس سے شفایابی کے کئی واقعات سنانا شروع کر دیئے۔ حتیٰ کہ عالم یہ ہوا کہ ادھر گھر میں کسی کو کوئی تکلیف ہوئی نہیں اور گھر والوں نے پہلے کہنا شروع کر دیا کہ اب اماں جی وہی قہوہ بتائیں گی۔

قارئین اس وقت تو اس کا احساس نہ ہوا کہ یہ کیا عظیم نعمت ہے۔ جب کچھ جڑی بوٹیوں کی تحقیق اور ریسرچ کی طرف میلان ہوا اور علاج معالجے کی لائن میں چلنا شروع کیا تو احساس ہوا کہ واقعی یہ کوئی علاج ہے۔

بندہ نے ایک تجربہ کار معالج جو کہ کراچی کے مصروف ترین علاقے میں پریکٹس کرتے تھے، اس قہوہ کا تذکرہ کیا انہیں اجزا اور فوائد کے بارے میں اچھا لگا تقریباً ایک سال کے بعد ملے تو فوراً کہنے لگے کہ اس قہوہ کے فوائد اتنے اتنے اتنے (حتیٰ کہ لفظ اتنے کو اتنی دفعہ دہرایا کہ سانس پھول گیا) فائدے ملے کہ آپ کی والدہ مرحومہ کو روزانہ سورۂ یٰسین کا ثواب پہنچانا شروع کر دیا۔ بندہ نے ان سے سوال کیا کہ اس کے کچھ فوائد جو آپ کے تجربات میں آچکے ہیں مجھے بھی بتائیں۔ کہنے لگے۔ دائمی نزلہ اور زکام کا تھکا مارا ہوا اور دواؤں سے عاجز کوئی مریض ایسا نہیں کہ میرے پاس آیا ہو اسے میں نے یہ قہوہ چند دنوں کے لیے دیا ہو اور وہ شفایاب نہ ہوا ہو۔ بعض کو دنوں میں بعض کو ہفتوں میں لیکن فائدہ ضرور ہوا۔ ایسے مریض جنہیں چھینکیں بکثرت آتی تھیں انہیں لاجواب فائدہ ہوا۔ خواتین اور مرد جن کا چہرہ دانوں، کیل مہاسوں سے بھرا ہوا تھا۔ انہوں نے بھروسے سے استعمال کیا ہو اور انہیں فائدہ نہ ہوا ہو ممکن ہی نہیں۔ گلا بیٹھ گیا ہو آواز خراب ہو یا پھٹ گئی ہو، میں نے جسے بھی دیا نقد رزلٹ ملے۔ حتیٰ کہ جوڑوں کے درد، شوگر کے پرانے مریضوں اور ہیپاٹائٹس کے بگڑے مریضوں کے لیے یہ قہوہ دیا اور انہیں خوب فائدہ ہوا۔

ایک صاحب جوڑوں کے درد میں عرصہ سے مبتلا تھے، مجھے کیس کی سمجھ نہیں آرہی تھی، میں نے دن میں 4 بار یہی قہوہ پینے کا مشورہ دیا، مریض چند ہفتوں میں بالکل تندرست ہوگیا۔ یہ صرف ایک مریض کی کہانی ہے ورنہ ایسے بے شمار واقعات ہیں۔ چونکہ کراچی کی زندگی صنعتی اور مشینی ہے، بے خوابی اور رات کو نیند نہ آنے کے بے شمار مریض ملے، انہیں میں نے دن میں 3 سے 4 بار یہ عنابی قہوہ پینے کا مشورہ دیا اور مریض تندرست ہوگئے۔ ڈپریشن، ٹینشن، انگزائٹی اور سٹریس اس وقت لاعلاج مرض کی حیثیت اختیار کر چکے ہیں۔ ایسے تمام مریضوں کو عنابی قہوہ جو کہ ہر موسم اور ہر عمر میں یکساں مفید ہے استعمال کرایا اور کراماتی فوائد دیکھے۔ ہائی بلڈ پریشر سے دائمی نجات اور چھٹکارے کیلئے اس قہوے سے بڑھ کر کوئی فارمولا میرے تجربے میں نہیں آیا۔ بلا مبالغہ ہزاروں لاعلاج اور زندگی سے تنگ مریضوں کو استعمال کرایا۔ ایسے لوگ جو منہ کے چھالوں میں مبتلا تھے انہیں تو بہت ہی فائدہ ہوا۔

دفتری اور کاروباری زندگی یا مشکلات میں الجھے اور گھریلو پریشانیوں میں مبتلا خواتین جب ہر ٹانک سے عاجز آگئیں تو انہیں جب بھی عنابی قہوہ دیا گیا، نئی زندگی، نیا ولولہ اور جسم میں نئی روح ملی اور صحت و تندرستی کا حسین امتزاج ملا۔ دن میں چند بار یہ قہوہ چاہے میٹھا ملائیں یا نہ ملائیں، استعمال کریں اور فوری فوائد حاصل کریں۔ تھکا ہوا جسم، ٹوٹی ہوئی جان اور روکھا خشک کمزور چہرہ، گلابی اور شادابی میں نکھر جاتا ہے۔ الغرض معدے کی تیزابیت اور گیس بھی اس سے بہتر ہوتی ہے۔

آیئے والدہ مرحومہ کے عنابی قہوے کے فوائد سے نفع حاصل کریں۔ جو الرجی چاہے چھینکے کی ہو یا ناک کی ہو یا جلد کی ہو۔ کمزوری نگاہ کی ہو یا دماغ کی ہو، ہر لحاظ سے فائدہ مند ہے۔

ھوالشافی: عناب (بغیر کیڑے کے کھائے ہوئے)، سپستان چھوٹی چھوٹی (بغیر کیڑے کے کھائے ہوئے) بہی دانہ (جو واقعی اصلی ہو) ہم وزن لے کر ہلکا کوٹ کر قہوہ کی شکل میں محفوظ رکھیں۔

ترکیب: 1-½ کپ پانی میں ½ چمچ قہوے کا سفوف ڈال کر اتنا اُبالیں کہ ایک کپ پانی بچے پھر اس کو نیم گرم پئیں چاہیں تو اکٹھا بنا کر تھرماس میں ڈال کر سارا دن پی سکتے ہیں۔

عزت اور مرتبہ: آدمی کی عزت اسی میں ہے کہ جھگڑے سے باز رہے۔ لیکن بیوقوف چھیڑ چھاڑ جاری رکھتا ہے

ہر مشکل کا حل

یہ وظیفہ مسلسل تین جمعے کرنا ہے۔ جب بھی وظیفہ شروع کرنا ہے اپنا مقصد دل میں سوچتے جانا ہے اور پڑھتے جانا ہے۔

(انیلہ فیروز۔ اسلام آباد) اس وظیفے کو جس کسی نے بھی کیا ہے وہ اپنے مقصد میں کامیاب رہا ہے۔ یہ وظیفہ مسلسل تین جمعے کرنا ہے۔ ہر جمعے کی نماز پڑھ کر اسی جگہ بیٹھ کر کسی سے باتیں کیے بغیر اس وظیفے کو کرنا ہے۔

سورۂ یٰسین میں کل سات (مبین) آیتیں ہیں۔ پہلی (مبین) پر تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھنی ہے پھر آگے سے شروع کر دینا ہے۔ دوسری (مبین) پر تین بار سورۂ کوثر پڑھنی ہے پھر آگے پڑھتے جانا ہے۔ تیسری (مبین) پر سورۂ الم نشرح تین بار پڑھنی ہے۔ اسی طرح جب چوتھی (مبین) آئے تین بار سورۂ فاتحہ پڑھنی ہے۔ پانچویں (مبین) آئے اُس پر تین بار آیت الکرسی پڑھنی ہے۔ چھٹی مبین پر یہ دعا اور آیت تین بار پڑھنی ہے۔ "**اَللّٰھُمَّ وَسِّعْ رِزْقِیْ وَسُعَۃً لَا اَحْتَاجُ اِلٰی اَحَدٍ مِنْ خَلْقِکَ (اَللّٰہُ لَطِیْفٌ بِعِبَادِہٖ یَرْزُقُ مَنْ یَّشَآءُ وَھُوَ الْقَوِیُّ الْعَزِیْزُ** (الشوریٰ آیت نمبر19) پھر اس سے آگے پڑھتے جانا ہے۔ ساتویں (مبین) پر درود شریف تین بار پڑھنا ہے۔

ایک دفعہ سورۂ یٰسین ساتوں (مبین) کے ساتھ پڑھنے کے بعد دوسری دفعہ پھر اسی طرح سورۂ یٰسین پڑھنی ہے۔ اسی طرح تیسری بار بھی پڑھنی ہے۔ یعنی کل تین دفعہ سورۂ یٰسین پڑھنی ہے۔ ساتوں (مبینوں) کے ساتھ۔

یہ وظیفہ مسلسل تین جمعے کرنا ہے۔ جب بھی وظیفہ شروع کرنا ہے اپنا مقصد دل میں سوچتے جانا ہے اور پڑھتے جانا ہے۔ اور آخر میں گڑگڑا کر دعا مانگنی ہے۔ ان شاء اللہ تعالیٰ مقصد کو ضرور حاصل کرے گا۔ ایک عورت کے خاوند کو نوکری نہیں مل رہی تھی۔ اُس عورت نے پہلے جمعے کو وظیفہ شروع کیا۔ ایک دفعہ کرنے کے بعد ہی اس کے خاوند کو نوکری مل گئی۔ اسی طرح اگر مقصد پورا بھی ہو جائے تو مسلسل تین جمعے وظیفہ لازمی کرنا ہے۔

درس کی سی ڈیز اور کیسٹ: حکیم صاحب کی ہر منگل کے درس کی سی ڈیز اور کیسٹ دستیاب ہیں۔
قیمت سی ڈی 35 روپے کیسٹ 35 روپے
ڈیمانڈ کے مطابق V.P کی سہولت بھی موجود ہے۔

اسلامی نظامِ طہارت اور یورپی معاشرہ

حضورﷺ نے فرمایا۔ جب تم کپڑا پہنو، غسل کرو یا وضو کرو تو دائیں جانب سے شروع کیا کرو سوائے طہارت وغیرہ کے کہ جب نجاست صاف کرنی پڑتی ہے۔ ہر معاملے میں دائیں ہاتھ کے کام میں لانے کی ہدایت ہے۔ (پروفیسر عبدالمجید)

دنیا میں موجود ہر مذہب وملت میں عام صفائی کی ہدایات پائی جاتی ہیں مگر اسلام نے ان امور میں اتنی تفصیلی اور واضح ہدایات دی ہیں اور ایسے اصول وقواعد تجویز کیئے ہیں کہ ان کی مثال کہیں اور نہیں ملتی اور ہمارے اسلاف نے چھوٹے چھوٹے مسائل پر اتنی طویل اور سیر حاصل بحثیں کی ہیں کہ انہیں پڑھ کر انسان حیران رہ جاتا ہے۔ بعض لوگ ان کی حکمت اور فلسفہ نہ سمجھنے کے باعث انہیں ''ڈھیلے اور استنجے'' کے مسائل کہہ کر ہنسی میں اڑا دیتے ہیں۔ اگر ان پر علمی نقطہ نظر سے غور کیا جائے تو ان کی افادیت واہمیت سے انکار نہیں ہو سکتا۔ حقیقت بھی یہی ہے کہ حفظانِ صحت کے قواعد میں گو بظاہر یہ معمولی باتیں ہیں لیکن بنیادی امور کی حیثیت رکھتی ہیں۔

دور حاضر کی متمدن اقوام میں رفع حاجت کے بعد کاغذ، کپڑا وغیرہ سے صفائی کی جاتی ہے۔ بعض دفعہ پانی بھی استعمال کیا جاتا ہے اور غیر متمدن اقوام میں ڈھیلے، پتھر وغیرہ یا پانی سے کام لیا جاتا ہے۔ لیکن اسلام میں اس غرض کے لیے پانی کا استعمال ضروری قرار دے کر اتنی مفید ہدایات دی گئی ہیں کہ ان کا کسی اور قوم میں (متمدن ہو یا غیر متمدن) نام ونشان نظر نہیں آتا اور ایک عقل مند انسان اپنے قومی اور ملی تعصبات سے بالا ہو کر اس امر سے انکار نہیں کر سکتا کہ جب تک کوئی حکیم وعلیم ہستی رہنمائی نہ کر رہی ہو کوئی انسان اس قسم کی پر حکمت اور نوع انسان کے لیے نہایت ہی مفید باتیں بتا نہیں سکتا۔ فراغت کے بعد بہترین طریق صفائی یہ ہے کہ استنجا کے لیے صرف بایاں ہاتھ کام میں لایا جائے اور داہنے ہاتھ سے پانی ڈالا جائے۔ اس پابندی میں بڑی حکمت ہے۔

قدرت نے خود ہی ہاتھوں میں تقسیم کار کر دی ہے۔ استثنائی صورتیں چھوڑ کر ہر انسان کا داہنا ہاتھ بائیں کی نسبت زیادہ مضبوط اور طاقتور ہوتا ہے۔ اکثر حیوان بھی پہلے اپنا داہنا پاؤں ہی اٹھاتے ہیں۔ مثلاً گھوڑا، اسی لیے دائیں ہاتھ کو عربی میں یمین یا برکت والا ہاتھ کہا گیا ہے۔ اسی قدرتی تقسیم کے مطابق کھانے پینے میں داہنا اور طہارت وصفائی میں بایاں ہاتھ کام میں لانے کی اسلام میں ہدایت ہے۔

ایک غیر مسلم کا واقعہ:

ایک مسلم ڈاکٹر نے مجھے ایک واقعہ بتایا۔ ''ایک غیر مسلم جس کی پنڈلی پر چوٹ لگی ہوئی تھی اور خون زخم سے بہہ رہا تھا۔ علاج کے لیے میرے پاس آیا۔ میں نے اسے برتن میں زخم دھونے کے لیے پانی دیا۔ وہ دائیں ہاتھ سے پانی لے کر اسی سے زخم صاف کرنے لگا اور بار بار وہی خون آلود ہاتھ برتن میں ڈالنے لگا اس عمل سے پانی بالکل گندہ ہو گیا۔ وہ پانی گرا کر میں نے اسے اور صاف پانی دیا اور اسے کہا کہ زخم پر داہنے ہاتھ سے پانی ڈالو اور بائیں سے صاف کرو۔ زخم بھی جلد صاف ہو جائے گا اور پانی بھی خراب نہ ہو گا اور اسے بتایا کہ اسلام نے دائیں اور بائیں ہاتھ کے کاموں کی تقسیم میں یہی حکمت رکھی ہے۔''

حضورﷺ نے فرمایا۔ جب تم کپڑا پہنو، غسل کرو یا وضو کرو تو دائیں جانب سے شروع کیا کرو سوائے طہارت وغیرہ کے جبکہ نجاست صاف کرنی پڑتی ہے۔ ہر معاملے میں دائیں ہاتھ کے کام میں لانے کی ہدایت ہے۔ رفع حاجت کے بعد پانی سے طہارت کرنے سے قبل، اگر کسی صاف ستھری خشک چیز مثلاً کپڑا، کاغذ، ڈھیلا، پتھر وغیرہ سے متعلقہ حصہ جسم پونچھ لیا جائے تو بڑی اچھی بات ہے گو صرف پانی استعمال کرنے میں بھی کوئی حرج نہیں ہے مگر دونوں کے استعمال سے صفائی اچھی ہوتی ہے اور یہی بہترین طریقہ ہے جسے حضرت رسول اکرمﷺ نے بہت پسند فرمایا ہے۔

ہاں اس غرض کے لیے تین ٹکڑے کاغذ یا کپڑے کے، تین یا طاق ڈھیلے یا پتھر کام میں لائے جائیں تو زیادہ مناسب ہوتا ہے۔ تین کی تعداد زیادہ صفائی کے پیش نظر مقرر کی گئی ہے۔ ایسا کرنے کے بعد پانی سے جسم کے متعلقہ حصے دھوئے جائیں تو بہت زیادہ صفائی ہو جاتی ہے۔ اسلامی اصطلاح میں اسے استنجا کہتے ہیں۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

ساگودانہ صحت کا ساتھ

مقوی معدہ اور مقوی امعاء بھی ہے۔ اس کیلئے ساگودانہ ایک تولہ دودھ میں پکا کر کھانا چاہیے۔ (ڈاکٹر عبدالقیوم)

عربی ساگودانہ سندھی ساگودانہ انگریزی Sago یہ بہت مشہور چیز ہے۔ دراصل یہ دانے ہوتے ہیں جو درخت کے تنے سے حاصل ہوتے ہیں۔ ان کا رنگ سفید ہوتا ہے اور ذائقہ پھیکا ہوتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک دو تولے تک ہوتی ہے۔ اس کا مزاج گرم تر ہے۔

اس کے درج ذیل فوائد ہیں۔

(1) ساگودانہ سے جسم کو توانائی حاصل ہوتی ہے۔ (2) یہ کاربوہائیڈریٹ فراہم کرنے کا سب سے اہم ذریعہ ہے۔ (3) ساگودانہ میں پروٹین کی کچھ مقدار ہوتی ہے۔ جب اسے دودھ میں پکایا جاتا ہے تو اس کی غذائیت میں اضافہ ہوتا ہے۔ (4) ساگودانہ ایک زود ہضم اور مقوی غذا ہے۔ (5) اسہال، پیچش اور بخار کے مریضوں کیلئے بہترین غذا ہے۔ (6) بدن کو فربہ کرتا ہے۔ (7) طبیعت کو نرم کرتا ہے۔ (8) باہ زیادہ کرتا ہے اور تحریک باہ بھی اس کے استعمال سے خوب ہوتی ہے۔ (9) مقوی معدہ اور مقوی امعاء بھی ہے۔ اس کیلئے ساگودانہ ایک تولہ دودھ میں پکا کر کھانا چاہیے۔

نوٹ: اس کو استعمال کرنے سے پہلے اچھی طرح دھو لینا چاہیے تاکہ اس کے اندر مٹی وغیرہ دور ہو جائے۔ اس کے علاوہ اس کو پہلے پانی میں پکا کر پھر دودھ ڈالنا زیادہ مناسب ہے۔

سینہ کی جلن، ہاضمہ، قبض کی شکایت کا آسان علاج:

ھوالشافی: 50 گرام سونف، 50 گرام رائی، 50 گرام اجوائن، 50 گرام کالا نمک، 50 گرام کالی مرچ، 50 گرام نوشادر۔ ان سب چیزوں کو صاف کر کے پیس لیں اور کھانے سے 10 منٹ بعد آدھا چمچ سادہ پانی کے ساتھ استعمال کرنے سے مذکورہ بیماریوں کو آرام ہو گا۔ اگر ہو سکے تو اس نسخہ میں مناسب مقدار میں کلونجی بھی شامل کر لیں۔ جب سے محترم حکیم محمد طارق محمود صاحب کی کلونجی کی کتاب پڑھی ہے، دل چاہتا ہے ہر نسخے میں کلونجی کا اضافہ کر دوں۔ **پرہیز:** مرچ مصالحہ، اچار، چاول، چٹنی، کسی بھی قسم کے بازاری مشروبات، برگر، چاٹ وغیرہ۔

شادی یا سودی کاروبار

استطاعت سے بڑھ کر ولیمہ صحیح نہیں اور یہ بھی یاد رکھیں کہ ولیمہ بلاعوض ہونا چاہیے۔ اگر ولیمہ کا عوض لے لیے گیا تو یہ دنیاوی ولیمہ تو ہوسکتا ہے، مسنون ولیمہ نہیں ہوگا۔ حضور اکرم ﷺ کا کوئی عمل مخفی نہیں ہے۔

(مولانا سید محمد رابع حسنی)

ہمارے ہاں "نیوتہ" کی رسم عام ہے، جس میں دولہا کو دعوت ولیمہ کے بعد بند لفافوں میں پیسے یا نوٹوں کے ہار کی شکل میں رقم دی جاتی ہے۔ اس کا بعض جگہ اس قدر اہتمام دیکھا کہ ولیمہ سے فراغت کے بعد دولہا والوں میں سے کوئی شخص باقاعدہ رجسٹر لے کر بیٹھتا ہے اور رقم دینے والے کا نام اور اس کی طرف سے ملنے والی رقم کا اندراج کرتا ہے اور ولیمہ سے پہلے ہی دولہا والوں کا یہ نظریہ ہوتا ہے کہ اگر ہم پچاس ہزار روپے قرض لے کر بھی ولیمہ کرلیں تو اس نیوتہ کی شکل میں ہمیں چالیس ہزار تو مل ہی جائیں گے، یہی وہ بدعات و رسومات ہیں جنہوں نے نکاح جیسی آسان عبادت کو مشکل تر بنادیا ہے۔ آیئے! اس نیوتہ کا شرعی جائزہ لیں اور اس کی دینی اور دنیاوی خرابیوں کے پیش نظر اس بری رسم سے توبہ کریں۔

نیوتہ کی رسم بد:

رسمی شادی کی ایک اہم کڑی اور مضبوط رکن نیوتہ بھی ہے۔ ہمارے یہاں جنوبی پنجاب میں نیوتہ کے بغیر شادی کا تصور ہی نہیں ہوسکتا۔ آپ سیرت کی کتابیں کھنگال لیجئے! تاریخ کی کتب بار بار پڑھیئے! آپ کہیں بھی ملاحظہ نہیں کرسکیں گے کہ حضور علیہ السلام نے اپنی شادیوں میں نیوتہ وصول فرمایا ہو۔ کسی صحابی، تابعی، عالم، اولیاء اللہ سے اس عجوبہ کا ثبوت نہیں ملتا۔ حالانکہ ہم مسلمان اسوۂ رسول اکرم ﷺ پر عمل کے پابند ہیں۔ حضور اکرم ﷺ نے اپنی حیاتِ طیبہ میں متعدد نکاح کیے۔ ان تمام نکاحوں کی تفصیل احادیث و سیرت کی کتابوں میں محفوظ ہے۔ جن کا خلاصہ یہ ہے کہ آپ علیہ السلام نے انتہائی سادگی کے ساتھ نکاح کیے۔ بس دو چار آدمی جمع ہوئے خطبہ پڑھا گیا پھر رخصتی کردی گئی۔ یہ ہے اسلامی نکاح کی اصل۔ حضور اکرم ﷺ کا یہ فرمان بھی آپ ﷺ کی احادیث کی کتب میں ملے گا۔ جس کا مفہوم یہ ہے کہ حسبِ استطاعت ولیمہ ضرور کرنا چاہیے۔ استطاعت سے بڑھ کر ولیمہ صحیح نہیں اور یہ بھی یاد رکھیں کہ ولیمہ بلاعوض ہونا چاہیے۔ اگر ولیمہ کا عوض لے لیے گیا تو یہ دنیاوی ولیمہ تو ہوسکتا ہے، مسنون ولیمہ نہیں ہوگا۔ حضور اکرم ﷺ کا کوئی عمل مخفی نہیں ہے۔ اس طرح نکاح کے بعد آپ ﷺ کا ولیمہ کرنا بھی مخفی نہیں ہے اور ولیمہ کا عوض نیوتہ کا نہ لینا بھی مخفی نہیں ہے۔ ثابت ہوگیا جو آدمی حسب استطاعت ولیمہ کرے لیکن بلاعوض نیوتہ نہ لے تو اس کے سنت پر عمل کی وجہ سے نکاح میں برکت ہوگی۔ اس کے برعکس جس آدمی نے ولیمہ بالعوض کیا یعنی نیوتہ لیا تو اس نے سنت سے منہ موڑا۔ اس کا ولیمہ مسنون نہیں بلکہ مذموم ہے اور ولیمہ دنیاوی ہے اور اس شخص کو مسنون ولیمہ نہ کرنے پر اپنے نکاح میں بے برکتی دیکھنی پڑے گی۔ چنانچہ اس بری رسم نیوتہ کی وجہ سے بعض دفعہ اتنی بے برکتی ہوجاتی ہے کہ آخر نوبت طلاق تک جاپہنچتی ہے۔

نیوتہ کی مزید خرابیاں:

(1) بلاضرورت قرض لینا، دین اسلام میں منع ہے، جس نے بغیر کسی ضرورت کے قرض لیا وہ گناہ گار ہوگا۔ (2) مقروض کے پاس جب بھی رقم آجائے تو فوراً قرض اتار دے نہیں اتارے گا تو سخت گناہ گار ہوگا۔ (3) حضور ﷺ مقروض کی نماز جنازہ نہیں پڑھاتے تھے بلکہ صحابہ کرام کو فرماتے تم پڑھ لو میں نہیں پڑھتا۔ شہید کے گناہ شہادت کے وقت ہی معاف کردیے جاتے ہیں مگر قرض معاف نہیں ہوتا۔ (4) اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں "حَرَّمَ الرِّبٰوا" یعنی اللہ نے سود کو حرام قرار دیا ہے نیز قرآن کریم میں ہے کہ جو آدمی سود کا معاملہ کرتا ہے۔ اس کے خلاف اللہ اور اس کے رسول کا اعلان جنگ ہے۔ حضور ﷺ کے ایک فرمان کا مفہوم ہے کہ جس نے سود کا ایک درہم کھایا اسے اپنی ماں سے چھتیس بار زنا کرنے کا گناہ ملے گا۔ مزید آپ ﷺ نے فرمایا کہ جو آدمی حرام کھائے وہ ساری رات آہ وزاری کرتا رہے تو بھی اس کی دعا قبول نہیں ہوتی۔ (مشکوٰۃ شریف) (5) آپ ﷺ نے فرمایا کہ مسلمان کے لیے جائز نہیں کہ وہ اپنے بھائی کا مال اس کی رضا کے بغیر کھائے۔

آپ ان امور بالا کو بار بار غور سے پڑھیں پھر نیوتہ میں درج ذیل ان باتوں کو تلاش کرنے کی کوشش کریں:

☆ نیوتہ قرض ہوتا ہے جو دوسروں کی شادی پر واپس کرنا ہوتا ہے۔ یہ قرض لینا بلا ضرورت کے ہے، جس کے بارے میں آپ اوپر پڑھ چکے ہیں کہ بغیر ضرورت کے قرض لینے والا گناہ گار ہے۔ ☆ جب ایک آدمی شادی کرتا ہے اور نیوتہ وصول کرلیتا ہے تو گویا اس نے قرض لے لیا ہے، اب یہ بن گیا مقروض اور شرعی حکم یہ ہے کہ جب ہی رقم آجائے قرض اتار دیا جائے لیکن یہاں جب تک دوسرا آدمی شادی نہیں کریگا پہلا آدمی اپنا قرض نہیں اتارے گا۔ اب اگر خدانخواستہ جو آدمی نیوتہ وصول کرچکا ہوا اور واپس نہیں کرپایا تھا کہ فوت ہوگیا تو آپ نے پڑھ لیا کہ مقروض کا جنازہ حضور ﷺ نہیں پڑھتے تھے۔ اندازہ کیجئے یہ آدمی کتنی مصیبت میں پھنس چکا ہے۔ شہید کو بھی قرض معاف نہیں تو عام آدمی کو قرض کیسے معاف ہوسکتا ہے۔ نہ جانے اس کے ورثاء اس کا قرض کب اتاریں گے۔ نیوتہ کا قرض تو جب تک شادی نہ ہو نہیں اتارا جاسکتا۔ نیوتہ کھلم کھلا سود ہے۔ سود کہتے ہی اس کو ہیں کہ پانچ دو اور دس لو۔ کیا نیوتہ میں ایسا نہیں ہوتا کہ ایک آدمی سو روپیہ دے جاتا ہے تو لینے والا ایک سو پچاس یا اس سے زیادہ واپس کرتا ہے۔ سود کے بارے میں آپ نے ملاحظہ کیا کہ یہ چیز حرام ہے گویا جو آدمی نیوتہ دیتا یا لیتا ہے وہ اللہ اور رسول اللہ ﷺ کے خلاف جنگ کا اعلان کرتا ہے۔ جس کی ہلاکت میں کوئی شک نہیں ہے۔ مسلمانو! اب بھی وقت ہے نیوتہ جیسی چیز سے توبہ کرلو۔ نیز حضور ﷺ کے فرمان کے مطابق سود خور اور حرام خور کی دعا قبول نہیں ہوتی۔ آج ہم مسلمان ذلت کا شکار ہیں، ہماری دعائیں قبول نہیں ہوتیں۔ اس کی وجہ تو ظاہر ہے، کوئی غور بھی تو کرے۔ ☆ نیوتہ دل کی خوشی سے ادا نہیں کیا جاتا بلکہ اپنے رشتہ داروں کے ڈر سے ادا کیا جاتا ہے اور کئی مرتبہ دیکھا گیا ہے کہ جب شادی کا کارڈ وصول ہوتا ہے تو لوگ کہتے ہیں کہ نیوتہ کی مصیبت آگئی۔ کیا جو چیز دل سے دی جائے وہ مصیبت ہوتی ہے؟ اکثر قرض اٹھا کر ادائیگی کی جاتی ہے۔ گویا ہم اپنے بھائیوں کا مال ان کی رضا کے بغیر کھا رہے ہیں اور دوسروں کو کھلا رہے ہیں، جو صریح ظلم ہے۔

کاروبار میں ترقی کیلئے

کاروبار میں اضافے اور برکت کیلئے جو کوئی ہر نماز کے بعد بیس مرتبہ (آیت الکرسی) پڑھ کر اللہ سے دعا مانگے گا۔ انشاء اللہ اس کے کاروبار میں برکت ہوگی۔ رزق کی فراخی ہوگی۔ رکا ہوا کاروبار چند دنوں کے عمل سے ہی چلنا شروع ہوجائے گا۔ (اجمل شاہ۔ محلہ گلشن اقبال چکوال)

گلے کی سوزش کے لیے: ذرا سی گلیسرین شہد اور پاؤ بھر دودھ ملا کر پینے سے مکمل افاقہ ہوجاتا ہے۔ صبح و شام کچھ دن مستقل لیں۔

جلد کی حفاظت اور دانوں سے بچاؤ

کوشش کریں کہ کم سے کم ذہنی دباؤ کا شکار ہوں۔ کیوں کہ ذہنی دباؤ کی حالت میں جسم میں اسٹرائیڈ ہارمون بننے کی شرح بڑھ جاتی ہے۔ یہ کیمیائی ہارمون جلد میں دانوں کے نمودار ہونے کی اہم وجہ ہے۔ **(ڈاکٹر نادیہ بشیر)**

سورج کی بعض شعاعیں جلد کو نقصان پہنچاتی ہیں، ان کی وجہ سے جلد کا کینسر، وقت سے پہلے جھریاں اور دانے نمودار ہو سکتے ہیں۔ عمومی طور پر یہ جلد کو کھردرا اور بے جان کر دیتی ہیں۔ نتیجتاً جلد کے مردہ خلیات مساموں کے ذریعے جلد کی اندرونی تہہ تک پہنچ جاتے ہیں اور بیکٹیریا کی نشوونما میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ دھوپ میں جانے سے قبل کم از کم سن بلاک ضرور استعمال کریں۔ ☆ صابن کو 30 سیکنڈ لگا کر مساج کریں۔ ☆ دودھ کا استعمال محدود رکھیں ☆ کافی کی بجائے گرین ٹی کا استعمال کریں۔

چند احتیاطی تدابیر اختیار کی جائیں تو آپ کی جلد دانوں سے محفوظ رہ سکتی ہے۔ سن بلاک کے انتخاب کے لیے خیال رکھیں کہ سن بلاک Non Comedogenic اور آئل فری ہو۔ اگر Salicylic Acid یا Benzoyl per oxide کی کریم بطور علاج استعمال کی جارہی ہو تو اس بات کا خیال رکھنا چاہیے کہ کم سے کم سورج کی روشنی کا سامنا ہو۔ دھوپ میں جانے سے پہلے متاثرہ حصوں کو سن بلاک لگا کر محفوظ کر لیا جائے۔

کوشش کریں کہ کم سے کم ذہنی دباؤ کا شکار ہوں کیوں کہ ذہنی دباؤ کی حالت میں جسم میں اسٹرائیڈ ہارمون بننے کی شرح بڑھ جاتی ہے۔ یہ کیمیائی ہارمون جلد میں دانوں کے نمودار ہونے کی اہم وجہ ہے۔ ذہنی دباؤ کی صورت میں چہرے کو کسی اچھے صابن سے دھوئیں اور گرین ٹی کا استعمال کریں۔ کافی کا استعمال کم سے کم کریں۔ تحقیقات سے یہ بات ثابت ہوتی ہے کہ کافی کا استعمال اسٹرائیڈ ہارمون کے اخراج میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ لہٰذا کوشش کی جائے کہ کافی پینے کی عادت ہر صورت ترک کی جائے یا اسے گرین ٹی سے بدل دیا جائے۔

☆ اچھی خوراک صحت مند جلد کے لیے بہت ضروری ہے۔ اپنی غذا میں ہری سبزیوں اور پھلوں کو شامل کیا جائے، جن میں قدرتی Anti Oxidants ہوتے ہیں، جو جسم میں ہونے والے کسی بھی نقصان دہ عمل کو کنٹرول کرتے ہیں۔ ☆ کم از کم 14 گلاس پانی روزانہ پیا جائے، کیوں کہ جتنا زیادہ پانی استعمال کریں گے، گردے اتنی ہی بار خون کو فلٹر کرتے ہیں اور پیشاب کے ذریعے نقصان دہ ذرات جسم سے خارج ہو جاتے ہیں۔ ☆ اگر دانے بہت خراب حالت میں ہوں تو دودھ کا استعمال محدود رکھیں، کیوں کہ دودھ ہارمونل لیول کی وجہ سے بڑھنے والے دانوں کی نشوونما میں مزید اضافہ کرتا ہے۔ ☆ سگریٹ نوشی کرنے والے افراد میں دانوں کی نشوونما تقریباً 62 فی صد زیادہ ہوتی ہے۔ ☆ خواتین میں ماہانہ ایام کے ہونے سے Sebum کی مقدار اور دوسرے کیمیکل میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ Sebum ایک مادہ ہے، جو انسانی جلد کے ذریعے خارج ہوتا ہے اور دانوں کی اصل وجہ یہی ہے۔ ☆ ایام کے دانوں میں جلد کی زیادہ سے زیادہ صفائی رکھی جائے۔

☆ سر کی جلد اور بالوں کو کسی اچھے آئل فری شیمپو سے صاف رکھا جائے، Sebum اور تیل عموماً سر کی جلد سے ماتھے اور پیشانی تک ٹرانسفر ہو جاتے ہیں اور نتیجتاً ماتھے پر دانے نمودار ہونے لگتے ہیں۔ Glycolic Cleanser کا استعمال بھی سر کی جلد میں کیا جائے۔ ☆ روزانہ چہرہ کم از کم 3 بار دھویا جائے۔ صابن معیاری ہو، مگر خوش بو اور رنگ کے اثرات سے پاک ہو۔ ☆ اپنے ہاتھوں کو ہمیشہ صاف رکھیں اور معیاری صابن کا استعمال کریں۔ ☆ صابن کو 30 سیکنڈ لگا کر مساج کریں اور پھر صاف پانی سے دھوئیں۔

روزانہ ایک سے دو بار ایسی کریم یا جیل کا استعمال کریں، جس میں Benzoyl per oxide ہو۔ ابتدا میں یہ جلد کو خشک اور سرخ کر دیتا ہے، مگر یہ وقتی اثرات ہوتے ہیں، چند ہفتوں میں اس کا واضح اثر ہوگا اور دانے ختم ہو جائیں گے، بس دھوپ میں نکلتے ہوئے سن بلاک کا استعمال لازم ہے۔

ممکن اور ناممکن

ہمیشہ اللہ سے دعا مانگتے رہو کیونکہ ممکن اور ناممکن تو صرف ہماری سوچ میں ہے۔ اللہ کیلئے تو کچھ بھی ناممکن نہیں۔

(عبداللہ، لاہور)

افضل ذکر

ایک علامہ جو ابن المشتہر کے نام سے مشہور ہیں یوں کہتے ہیں کہ جو شخص یہ چاہتا ہو کہ اللہ جل شانہ، کی ایسی حمد کرے جو اس سب سے زیادہ افضل ہو جو اب تک اس کی مخلوق میں سے کسی نے کی ہو۔ اولین و آخرین اور ملائکہ مقربین آسمان والوں اور زمین والوں سے بھی افضل ہو، اور اسی طرح یہ چاہے کہ حضور اقدس ﷺ پر ایسا درود شریف پڑھے جو اس سے سب سے افضل ہو جتنے درود کسی نے پڑھے ہیں اور اسی طرح یہ بھی چاہتا ہو کہ وہ اللہ تعالیٰ شانہ سے کوئی ایسی چیز مانگے جو اس سب سے افضل ہو جو کسی نے مانگی ہو تو وہ یہ پڑھا کرے: **"اَللّٰھُمَّ لَکَ الْحَمْدُ کَمَا اَنْتَ اَھْلُہٗ فَصَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ کَمَا اَنْتَ اَھْلُہٗ وَ افْعَلْ بِنَا مَا اَنْتَ اَھْلُہٗ فَاِنَّکَ اَنْتَ اَھْلُ التَّقْوٰی وَاَھْلُ الْمَغْفِرَۃِ"**

جس کا ترجمہ یہ ہے "اے اللہ تیرے ہی لیے حمد ہے جو تیری شان کے مناسب ہے پس تو محمد ﷺ پر درود بھیج جو تیری شان کے مناسب ہے اور ہمارے ساتھ بھی وہ معاملہ کر جو تیری شایانِ شان ہو۔ بیشک تو ہی اس کا مستحق ہے کہ تجھ سے ڈرا جائے اور تو مغفرت کرنے والا ہے۔"

(بقیہ: فروری سے لطف اندوز ہوں)

جانے کی صورت میں بھی نہ پیا جائے۔ کھانے کے بعد معمولی مسافت طے کریں اور طبیعت کو فرحت بخشنے کے لیے گپ شپ بھی کیجئے۔

موسم گرما میں دن بھر کئی بار نہایا جاتا ہے، لیکن شدت سردی کے باعث عوام کی اکثریت اس موسم میں غسل کے معاملے میں بے حد محتاط بلکہ آب گزیدہ رہتی ہے اور وہ لوگ جن کی صحت موسمیاتی شدتوں کی متحمل نہیں ہو سکتی ہفتوں بلکہ مہینوں بھر تک نہیں نہاتے۔ شدت سردی اور خدشہ نمونیہ اپنی جگہ لیکن ایک طویل عرصہ تک نہ نہانا صحت انسانی کے لیے غیر مفید اور متعدد عوارضات کا پیش خیمہ بن سکتا ہے۔ اس لیے بہتر طریقہ یہ ہے کہ دن میں ایک بار نیم گرم پانی سے غسل کر لینا چاہیے تاکہ گردش خون تیز ہو، جسم میں چستی، فرحت اور صلاحیت عمل بڑھے ورنہ جسم کے اندر گرم غذاؤں کی تاثیرات اور مسامات کے بند رہنے سے نہ صرف جلدی عوارضات ہوں گے بلکہ جسم کا فطری اور ارتقائی عمل بھی معطل ہوگا۔ موسم سرما کے عوارضات میں نزلہ، زکام اور کھانسی پیش پیش ہیں اگر ان میں سے کسی کی تحریک ہو تو درج ذیل نسخہ استعمال کرنا چاہیے۔

ھو الشافی: گل بنفشہ ۵ گرام، گل گاؤزبان ۵ گرام، تخم خطمی ۵ گرام، عناب ۵ دانہ، سپستان 9 دانے، اصل السوس نیم کوفتہ ۵ گرام سب دواؤں کو پانی میں جوش دے کر چھان کر حسب ضرورت چینی ملا لیں اور بوقت ضرورت صبح و شام استعمال کریں اور لعوق معتدل ۱۲ گرام (ایک تولہ) رات سوتے وقت استعمال کریں۔

رزق حلال کا حصول: دغا کی روٹی آدمی کو میٹھی لگتی ہے۔ مگر آخر کار اس کا منہ کنکروں سے بھر جاتا ہے۔

ماں کی محبت اور بیٹے کا انصاف

ماں اپنے بیٹے کو دیکھ کر خوش ہوتی اور بیٹا ماں کو دیکھ کر خوش ہوتا۔ بیٹا جب جوانی کو پہنچا تو ماں نے اُس کی شادی کر دی۔ شادی کے وقت ان کے خوشحالی کے دن تھے لیکن بعد میں گھر کی حالت بدلتی گئی لڑائی، جھگڑے کی باتیں شروع ہونے لگیں۔

(وقار احمد، مردان)

ایک ماں اپنے بیٹے سے کتنی محبت کرتی ہے یہ آپ سب لوگ جانتے ہیں۔ اسی طرح یہ ایک ماں بیٹے کی کہانی ہے۔ ایک ماں اور اُس کا بیٹا ایک گھر میں رہتے تھے۔ ماں اپنے بیٹے کو دیکھ کر خوش ہوتی اور بیٹا ماں کو دیکھ کر خوش ہوتا۔ بیٹا جب جوانی کو پہنچا تو ماں نے اُس کی شادی کر دی۔ شادی کے وقت ان کے خوشحالی کے دن تھے لیکن بعد میں گھر کی حالت بدلتی گئی۔ لڑائی، جھگڑے کی باتیں وغیرہ شروع ہونے لگیں۔ بیٹا جب گھر آتا تو اُس کی بیوی اس کے سامنے اپنی فریاد رکھتی اور کہتی کہ تمہاری ماں میرے ساتھ زیادتی کرتی ہے، مجھے طعنے دیتی ہے۔ نوبت یہاں تک آن پڑی کہ ایک ہی گھر میں ماں بیٹے کی جدائی ہوگئی۔ ماں نے کہا کہ بیٹا اگر تمہارا فائدہ اس میں ہے تو مجھے الگ کر دو۔ بیٹا ماں سے الگ ہوگیا کچھ دنوں کے بعد بیوی نے پھر بہانہ بنا کر شوہر کے سامنے فریاد کی کہ اب بھی تیری ماں مجھ سے لڑائی کرتی ہے۔ بیوی نے کہا کہ اپنی ماں کو فلاں جنگل میں لے جاؤ اور میری جان اس سے بچاؤ۔ بیٹے نے پھر اپنی ماں کے سامنے فریاد کی۔ ماں نے کہا کہ بیٹا اگر تمہارا گھر اس سے آباد رہتا ہے تو ٹھیک ہے مجھے جنگل میں لے جاؤ۔ میرا اللہ ہی میرا مالک ہے۔ بیٹے نے اپنی ماں کو جنگل کی طرف روانہ کیا۔ کسی نے سچ کہا ہے کہ عورت کے کئی روپ ہوتے ہیں۔ کچھ عرصہ بعد بیوی نے چال چلی کہ تم جب گھر میں آتے ہو تو پہلے اپنی ماں سے ملتے ہو اور جو چیز تم لاتے ہو اُسے ماں کے ہاں چھوڑ آتے ہو اور خالی ہاتھ گھر آتے ہو۔ شوہر نے کہا کہ اب کیا کروں؟ بیوی نے کہا کہ یہ خنجر لے جاؤ اور اپنی ماں کا جگر، دل وغیرہ نکال کر میرے پاس لے آؤ تب میں آپ کے ہاں رہوں گی ورنہ میں اپنی ماں کے ہاں چلی جاؤں گی۔ اس کے بعد وہ پھر اپنی ماں کے پاس چلا گیا۔ وہاں پہنچا تو اپنی ماں کو ویران جنگل میں آواز دی کہ اے میری ماں آپ کہاں ہو؟ تیرا بیٹا تجھ سے کچھ کہنے آیا ہے۔ بوڑھی ماں نے آواز دی کہ اے میرے بیٹے ذرا صبر کرتا کہ میں اپنے آپ کو پتوں سے ڈھانپ لوں۔ اس لیے کہ میرے کپڑے پھٹے ہوئے ہیں، میں نہیں چاہتی کہ تمہارے دل میں میرے خلاف کوئی شک پیدا ہو جائے۔ ماں نے جواب دیا کہ بیٹا اب کس غرض سے آئے ہو۔ بیٹے نے جواب دیا کہ ماں میری بیوی نے ایک اور شرط رکھی ہے، وہ آپ کا دل اور جگر مانگتی ہے۔

ماں نے جواب دیا کہ اگر تمہارا گھر اُجڑنے سے بچتا ہے تو یہ کام بھی کر لو۔ بیٹے نے ماں کو زمین پر لٹا لیا اور خنجر سے اپنی ماں کا دل اور جگر نکال کر اپنی بیوی کی طرف روانہ ہو گیا۔ جب گھر پہنچا تو گھر کی دہلیز پر ٹھوکر لگی۔ اُسی وقت اللہ تعالیٰ کی قدرت سے، ماں کے دل سے یک دم آواز آتی ہے کہ بیٹا آہستہ! تمہیں چوٹ تو نہیں لگی۔ بیوی کے سامنے اپنی ماں کا دل اور جگر رکھا تو بیوی کہنے لگی کہ اے ظالم! تم نے اپنی ماں کے ساتھ ایسا سلوک کیا جو ناقابل برداشت ہے۔ میں تمہارے ساتھ ایک پل بھی نہ رہوں گی۔ ایسے شخص کا کیا انجام ہوگا، دنیا بھی تباہ اور آخرت بھی تباہ۔ بس آخر میں تمام قارئین سے گزارش ہے کہ اپنی والدہ سے حسن وسلوک سے پیش آئیں اور اپنی والدہ کی خدمت کو اپنے اوپر فرض کر لیں۔

بہار رفتہ کی یادیں

وہ ہر طرح کے مصائب جھیلتے اور اس دوران زبان سے مسلسل "احد احد یعنی اللہ ایک ہے" کی صدا بلند کرتے۔

☆ حضرت بلالؓ امیہ بن خلف کے غلام تھے۔ اسلام قبول کرنے کے جرم میں امیہ اپنے اس جانثار اور وفادار غلام کو طرح طرح سے اذیتیں دیتا۔ دھوپ میں کھڑا رکھتا۔ کھانے کو کوئی چیز نہ دیتا۔ مشکیں باندھ کر لکڑیوں سے پیٹتا۔ غصے میں اس کا پارہ چڑھتا تو گرم ریت پر لٹا کر گرم پتھر چھاتی پر رکھ دیتا۔ اسی پر بس نہیں ان کے گلے میں رسی ڈال کر چھوکروں کے حوالے کر دیتا کہ مکہ کی سنگلاخ چٹانوں پر گھسیٹتے پھریں۔ حضرت بلالؓ کی جلد بری طرح چھل جاتی مگر استقامت کے اس پتلے کا حال یہ تھا کہ وہ ہر طرح کے مصائب جھیلتے اور اس دوران زبان سے مسلسل احد احد یعنی اللہ ایک ہے کی صدا بلند کرتے۔ آخر کار حضرت ابوبکرؓ نے بلالؓ کو امیہ سے خرید لیا اور پھر انہیں آزاد کر دیا۔

☆ حضرت خالدؓ بن ولید نے حضرت عمر فاروقؓ کی دعوت کی اور ان کے لئے کھانا تیار کیا۔ حضرت عمرؓ نے کھانا دیکھ کر فرمایا۔ "ہمارے لئے یہ چیزیں ہیں تو فقرا مہاجرین کیلئے کیا تھا۔ ان حضرات کو تو سیر ہونے کیلئے جو کی روٹی میسر نہ تھی۔ حضرت خالدؓ نے کہا: "اے امیر المومنینؓ! ان حضرات کیلئے تو جنت ہے۔"

حضرت عمرؓ نے فرمایا: "ان حضرات نے جنت کے ساتھ کامیابی حاصل کر لی اور ہمیں دنیا میں یہ حصہ مل گیا۔ سو وہ تو ہم سے بہت سبقت لے گئے۔"

☆ شیخ سعدیؒ بیان کرتے ہیں کہ مصر میں دو امیر زادے رہتے تھے۔ ایک نے علم حاصل کیا اور دوسرے نے مال و دولت جمع کیا۔ آخر کار ایک زمانے کا بہت بڑا عالم بن گیا اور دوسرے کو مصر کی بادشاہت مل گئی۔ بادشاہ بننے کے بعد اس نے اس عالم کو حقارت کی نظر سے دیکھا اور کہا "میں حکومت تک پہنچ گیا اور تیری قسمت میں غربت و مسکینی آئی۔"

عالم نے کہا "اے بھائی! مجھے اللہ تعالیٰ کا شکر تجھ سے زیادہ ادا کرنا چاہیے کیونکہ میں نے پیغمبروں کا ورثہ یعنی علم پایا اور تو نے فرعون و ہامان کی میراث یعنی مصر کی حکومت پائی ہے۔

کجا خود شکر ایں نعمت گزارم   کہ زور مردم آزای ندارم

(میں اس نعمت کا شکر کیسے ادا کروں کہ میں لوگوں کو ستانے کی طاقت نہیں رکھتا یعنی بنی نوع انسان کو مجھ سے فائدہ پہنچتا ہے اور تجھ سے نقصان، پس دیکھ لے خدا کا فضل کس پر زیادہ ہے۔)

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لیے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لکھیں۔ (ام اوراق)

کاسمیٹک سرجری

بچے کی پیدائش کے بعد میرا پیٹ بڑھ کر لٹک گیا ہے اور چہرہ پچک گیا ہے جس کی وجہ سے جسمانی خوبصورتی ختم ہوگئی ہے۔ میں نے کاسمیٹک سرجری کے متعلق سنا ہے۔ آپ مجھے بتائیے کہ اس سرجری کے کیا فائدے ہیں اور کیا یہ کامیاب ہے۔؟ (بیگم رافعہ حسین۔کراچی)

بچے کی پیدائش کے بعد آپ احتیاط سے کام لیتیں تو آپ کا پیٹ نہ بڑھتا۔ پہلے زمانے میں زچگی کی سہولت بھی نہیں تھی مگر خواتین زچگی کی تکلیف بھی برداشت کرتیں اور مناسب احتیاط سے ان کا جسم بھی ٹھیک رہتا تھا۔ ابلا ہوا پانی پیا جاتا اور پیٹ پر کپڑے کی پٹی کس کر باندھی جاتی تھی۔ جس سے پیٹ صحیح حالت میں رہتا تھا۔ کھانے پینے میں خاص غذائیں دی جاتیں۔ بچہ بھی فربہ ہوتا اور ماں بھی صحت مند رہتی۔ کھانے تل کر ان پر نمک، کالی مرچ چھڑک کر کھایا جاتا۔ ٹھنڈا ہونے پر آٹا اتار کر ہاون دستے میں ناریل کوٹا جاتا اور میوہ جات ملا کر چینی شامل کی جاتی۔ ہر کھانے کے بعد سونٹھ کا سفوف کھلایا جاتا۔ اس طرح خواتین سمارٹ رہتی تھیں۔ تیل کی مالش پابندی سے کی جاتی۔ سونٹھ، اجوائن، کالا دانہ لے کر اس کی دھونی دی جاتی۔ عرقیات پئے جاتے۔ بچہ ہونے کے بعد اگر آپ روزانہ دس منٹ کے لیے صبح الٹی لیٹ جاتیں تو پیٹ اندر چلا جاتا۔

پلاسٹک سرجری کی شاخ کاسمیٹک سرجری ہے۔ اس میں لٹکی ہوئی موٹی ٹھوڑی، موٹے ہونٹ، کٹے پھٹے موٹے پھیلے ہوئے کان، چہرے کی جھریاں، پچکے گال، چیچک کے اور جلنے کے نشانات ٹھیک کیے جاتے ہیں۔ کولہے، پیٹ کی فاضل چربی بھی نکالی جاتی ہے۔

ٹھوڑی، کمر، سینے، کولہے کی زائد چربی کو جدید طریقے سے نکالا جاتا ہے، لائپوسکشن سسٹم کے تحت جسم میں تھوڑا سا سوراخ کر کے ایک نلکی ڈالی جاتی ہے اور اسے خوب گھمایا جاتا ہے۔ اندر جمی ہوئی چربی کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے ہو جاتے ہیں۔ پھر یہ چربی نکال لی جاتی ہے۔

آپ کا یہ پہلا بچہ ہے اور آپ اپنے آپ کو تھوڑی سی ورزش اور دواؤں سے ٹھیک کر سکتی ہیں۔ آپ کی پریشانی دور ہو جائے گی۔ اچھی غذا سے آپ کا چہرہ بھی بھر جائے گا۔

ٹھوڑی پر بال

میری ٹھوڑی پر بال نکل رہے ہیں۔ میری بہن کی عمر اٹھارہ سال ہے اور میں بیس سال کی ہوں۔ ہمارا ماہانہ نظام صحیح نہیں ہے۔ آپ بتائیے ہمیں کیا کرنا چاہیے۔ (سعدیہ ممتاز۔اوچ شریف)

سعدیہ بی بی! آپ بالوں کو نوچئے مت۔ ورنہ اور زیادہ نکل آئیں گے۔ تھوڑے سے آٹے میں آدھا چمچ گھی اور چٹکی بھر نمک ملائیے اور معمولی سا دودھ ملا کر اسے سخت پیڑے کی طرح کر لیجئے۔ چھوٹا سا پیڑا بنائیے اور اسے آہستہ آہستہ ٹھوڑی پر ملئے جب تک آٹا خشک نہ ہو جائے۔ پھر پانی سے منہ دھو لیجئے۔ بچیوں کا ماہانہ نظام ٹھیک نہ ہونے کی وجہ سے بال نکلتے ہیں۔

اُبٹن بنانے کا طریقہ

اُبٹن بنانے کا طریقہ بتائیے۔ اچھا اُبٹن کہاں سے ملتا ہے اور اسے لگاتے کس طرح ہیں؟ (عمارہ، فیصل آباد)

اُبٹن کے بے شمار نسخے کئی دفعہ بتائے جا چکے ہیں۔ آپ بازار سے اُبٹن نہ لیجئے گھر میں خود بنائیے، چہرے پر الرجی ہو تو بیسن میں تھوڑا سا دودھ ملا کر منہ دھونا مہنگے صابن سے بہتر ہے۔ گھر میں اس طرح اُبٹن بنائیے:

چنبیلی یا بادام کی کھل ایک کپ، ہلدی ایک چمچ، کنو کے سوکھے چھلکے پسے ہوئے دو بڑے چمچ، لیموں کا رس آدھا چھوٹا چمچ، ان سب کو ملا کر رکھ لیجئے۔ چنبیلی یا بادام کی کھل کسی کولہو سے مل جائے گی۔ تلوں کی کھل بھی آپ لے سکتی ہیں۔ سرسوں کی کھل سے چہرے پر مرچیں لگتی ہیں۔ اس لیے وہ نہ خریدیئے۔ جب اُبٹن ملنا ہو تو دو چمچ اُبٹن لے کر اس میں چند قطرے تیل کے ملائیے۔ تیل کوئی بھی ہو، زیتون کا یا سرسوں کا اور پانی ملا کر گاڑھی کریم کی طرح کر لیجئے۔ چہرے پر خوب ملیے۔ جب پٹیاں سی بن کر اترنے لگیں تو اچھی طرح مل کر چہرہ صاف ہو جاتا ہے۔ دس پندرہ دن اُبٹن صبح وشام لگانے سے چہرہ نکھر جاتا ہے۔

تیل کی مالش

میری رشتے کی خالہ پابندی سے ہر چوتھے روز مالش کرواتی ہیں۔ ان کو کبھی خارش نہیں ہوتی اور نہ ان کے سر پر اور جسم میں خشکی ہے۔ وہ گیلے بالوں میں ہلکا سا تیل لگا کر مالش کرتی ہیں۔ تیل کی مالش کرنے سے کیا واقعی فائدہ ہوتا ہے؟ (رضوانہ علی۔ملتان)

جو لوگ مالش کرواتے ہیں ان کے جسم بے داغ ہوتے ہیں اور ان کو جلد کی تکالیف نہیں ہوتیں۔ انسان سفر میں تھک جائے، جسم ٹوٹا ہوا محسوس ہو تو مالش کروانے سے فوری آرام آجاتا ہے۔ ایک بار سرگودھا جانے کا اتفاق ہوا۔ جن کے ہاں ٹھہرے انہوں نے مجھے اشارے سے بلا کر دکھایا۔ ان کے شوہر شکار کر کے آئے تھے اور چار نوکر چاروں طرف بیٹھے ان کے ہاتھ پاؤں پر تیل کی مالش کر رہے تھے۔ خاتون خانہ نے بتایا: ''میرے شوہر ڈھیر سارے پرندے شکار کر کے آئے ہیں۔ بری طرح تھک گئے ہیں ہم لوگ کوئی دوا نہیں کھاتے۔ بس سرسوں کے تیل کی مالش سے دوبارہ تازہ دم ہو جاتے ہیں۔ میرا تجربہ ہے کہ جو لوگ بیٹھ کر کام کرتے ہیں ان کو آخر عمر میں کوئی نہ کوئی معذوری گھیر لیتی ہے۔ مالش کرنے سے انسان میں کمزوری نہیں ہوتی، پٹھے اور اعصاب مضبوط رہتے ہیں۔ جن لوگوں کو اعصابی کمزوری ہو انکو روزانہ تیل کی مالش کرانی چاہیے۔ مالش جسم کے گوشت کی ہونی چاہیے۔ ہاتھ کے کنارے سے آہستہ آہستہ مالش کریں۔ ہڈی سے ہڈی کی مالش کرنے سے نقصان ہوتا ہے۔ اگر غسل کرنے کے بعد گیلے جسم پر خود مالش کی جائے تو کئی فائدے ہوں گے۔ تھوڑا سا تیل ہاتھ پر ڈال کر پانی ملا کر ران سے پنڈلی تک اور پنڈلی سے ران (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

آدھے سر درد کا خاتمہ: مخالف ناک کے نتھنے (جس طرف درد ہو اس کی الٹی طرف کے نتھنے) میں ایک قطرہ شہد ٹپکا دیں۔ آدھے سر کا درد ختم ہو جائے گا

مصالحے صحت اور راحت کا سامان

دنیا میں سب سے زیادہ مرچ چین میں کھائی جاتی ہے۔ چینی مرچ کو صحت کیلئے ضروری قرار دیتے ہیں۔ وہ اس کے ساتھ سرکہ شامل کر کے اس کی مضرتوں سے محفوظ رہتے ہیں۔

(سید رشید الدین احمد)

غذائی عادات ماحول، موسم، اقتصادی حالات اور مقامی پیداوار کا نتیجہ ہوتی ہیں۔ لوگ انہی کے مطابق مخصوص غذائیں استعمال کرتے ہیں۔ بھیڑ بکریاں اور دیگر جانور پالنے والے ان کے دودھ اور اس سے بنی اشیاء پر گزارہ کرتے ہیں تو سرد علاقوں کے گلہ بان حرارت اور توانائی حاصل کرنے کے لیے دودھ اور اس سے بنی اشیا کے علاوہ گوشت کھانے پر بھی مجبور ہوتے ہیں۔ زرخیز میدانی علاقوں اور سرسبز وادیوں میں چونکہ غلے، پھل، دالوں، سبزیوں اور دودھ کی بہتات ہوتی ہے۔ اس لیے یہاں کے لوگ گوشت کم، اناج، دالیں، سبزیاں اور پھل زیادہ کھاتے ہیں۔ کوہستانی علاقوں کی بہ نسبت ان علاقوں میں دودھ، دہی، مکھن اور گھی بھی زیادہ کھایا جاتا ہے۔ چاول کھانے والی اقوام چونکہ زیادہ تر پروٹین، چاول ہی سے حاصل کرتی ہیں اس لیے انہیں زیادہ مقدار میں کھانے کے لیے وہ اس کے ساتھ ذائقے اور بھوک میں اضافے کی خاطر زیادہ مرچ اور ترشی استعمال کرتی ہیں۔ جہاں جھیلیں اور دریا زیادہ ہیں وہاں چاولوں کے ساتھ مچھلی وغیرہ بھی زیادہ کھائی جاتی ہے۔

ایک وقت تھا کہ لوگ ایک دوسرے کی غذائی عادات کا مذاق اڑایا کرتے تھے اور اپنی غذاؤں کو ہی بہترین سمجھتے تھے۔ لیکن گزشتہ نصف صدی میں اس سلسلے میں جو تحقیقات ہوئی ہیں اس کے بعد علاقائی غذائی عادات اور غذاؤں کی اہمیت اور ضرورت تسلیم کر لی گئی ہے۔ اسی کے ساتھ مختلف اشیا کی قدر و قیمت اور ضرورت کا بھی کھوج لگ چکا ہے۔ ان معلومات کی روشنی میں ہر علاقے اور آب ہوا کے لوگ تھوڑی سی احتیاط سے اپنی غذاؤں کو مزید بہتر بنا سکتے ہیں۔

مشرقی اقوام اپنے صدیوں پر محیط تجربات کی بنا پر مختلف غذاؤں کو بہتر بنانے کے طریقوں سے واقف ہیں، وہ مختلف مصالحوں کے ذریعہ سے کھانے کی خوش بُو، رنگ اور ذائقے میں اضافے کے فن سے آگاہ ہیں۔ انھیں یہ علم بھی ہے کہ مختلف مصالوں کا استعمال نہ صرف یہ کہ کھانوں کو بہتر بناتا ہے بلکہ ان سے مختلف امراض کا علاج بھی کیا جاتا ہے۔ برصغیر کے گرم و مرطوب علاقوں کے لوگ اگر چاول زیادہ کھاتے ہیں تو وہ ان کے ساتھ سُرخ و تازہ مرچ، ادرک، لہسن، سیاہ و سفید زیرے، کڑھی پتے، املی، سیاہ مرچ وغیرہ کا استعمال بھی کرتے ہیں۔ اُن کے کھانوں میں مختلف مصالحوں کے استعمال سے ایک دوسرے کی مضرات دور ہو جاتی ہیں۔

ہمارے ہاں مختلف موسموں کے کھانے بھی الگ ہوتے ہیں۔ اگرچہ شہروں میں یہ اصول ترک ہو چکا ہے تاہم دیہاتوں میں ابھی تک اس پر عمل ہوتا ہے۔ وہاں گرمیوں میں انڈے، گُڑ اور چٹ پٹی اشیا استعمال نہیں ہوتیں۔ جاڑوں میں تحریک دینے والی غذاؤں کا استعمال عام طور ہوتا ہے۔ لوگ گھی، گُڑ، حلوے، روغنی غذائیں، مصالحے دار سالن، کباب، گوشت، انڈے، نہاری، شب دیگ وغیرہ زیادہ کھاتے ہیں۔ ان کھانوں میں شامل مصالحے ذائقے کے علاوہ جسم کو سردی کے امراض نزلے زکام، کھانسی، جوڑوں کے درد وغیرہ سے محفوظ رکھتے ہیں۔ مثلاً نہاری جاڑوں کی پسندیدہ ڈش ہوتی تھی۔ نیز سردیوں میں اسے اہتمام سے تیار کیا جاتا تھا۔ اس میں مرچیں بھی تیز رکھی جاتی تھیں اور اسے بند نزلے کا بہترین علاج سمجھا جاتا تھا۔ مرچیں، ادرک، لہسن، لونگ، تیزپات وغیرہ میں شامل کیمیائی اجزا ناک، حلق اور سینے میں جمے بلغم کو خارج کر دیتے ہیں۔ آج شہروں میں سال بھر نہاری ہوٹلوں میں ملتی ہے۔ لوگ موسم کا خیال رکھے بغیر اسے ٹوٹ کر کھاتے ہیں اور پیٹ کی شکایات میں مبتلا بھی ہوتے ہیں۔ تیز چٹ پٹی اشیاء کا زور توڑنے کے لیے لیموں یا دہی کا اضافہ ضروری ہوتا ہے۔ اس طرح ان کی شمولیت سے جہاں کھانے کی اصلاح ہوتی ہے وہاں اس کی غذائی اہمیت اور قدر و قیمت میں اضافہ بھی ہو جاتا ہے۔

دنیا میں سب سے زیادہ مرچ چین میں کھائی جاتی ہے۔ چینی مرچ کو صحت کے لیے ضروری قرار دیتے ہیں۔ وہ اس کے ساتھ سرکہ شامل کر کے اس کی مضرتوں سے محفوظ رہتے ہیں۔ اہل مدراس اس کے ساتھ املی اور ناریل وغیرہ شامل کر کے اس کی اصلاح کر لیتے ہیں۔ مشرق کی قدیم اقوام کے برخلاف اہل یورپ چونکہ مصالحوں کے استعمال سے کم واقف ہیں، اس لیے وہ بالخصوص سردیوں کے امراض نزلے، زکام، کھانسی، فلو، جوڑوں کے درد وغیرہ میں زیادہ مبتلا ہوتے ہیں۔ ان کے ہاں مصالحوں کا استعمال برائے نام ہے اور وہ آج بھی ان کی افادیت سے پوری طرح آگاہ نہیں ہیں۔ اپنے کھانوں میں تھوڑی سی سُرخ یا تازہ سبز مرچ کا اضافہ کر کے وہ نزلے زکام اور کھانسی سے محفوظ بھی رہ سکتے ہیں اور نجات بھی پا سکتے ہیں۔

ان دنوں امریکا کی کیلی فورنیا یونیورسٹی کے شعبہ طب میں برطانیہ کے ایک ڈاکٹر ارون زائمنٹ تحقیقی کام میں مصروف ہیں۔ مختلف مصالحے ان کا موضوع تحقیق ہیں، انھیں اعتراف ہے کہ انگلستان میں کھائے جانے والے کھانے وہاں کی سرد و مرطوب آب و ہوا کے لیے قطعاً غیر موزوں ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ وہاں نزلے اور کھانسی کا بڑا زور رہتا ہے۔ ان کھانوں میں مرچ مصالحوں کے اضافے سے یہ امراض دور رکھے جا سکتے ہیں۔ کیوں کہ یہ مصالحے جو بہ ظاہر تیز اور چٹ پٹے لگتے ہیں۔ اپنی اسی خوبی کی وجہ سے مفید بھی ثابت ہوتے ہیں۔ ان اشیا کی یہ تیزی ان میں موجود کیمیائی اجزا کا نتیجہ ہوتی ہے۔ جس طرح آنسو آنکھوں کو دھو کر صاف کر دیتے ہیں، یہ کیمیائی اجزا بالکل اسی طرح گلے، حلق، ناک، پھیپھڑوں وغیرہ کی اندرونی سطح کو صاف کر دیتے ہیں، ان کی سطح سے چپکی رطوبات بلغم وغیرہ اکھڑ جاتی ہیں۔ پھیپھڑے، ناک، سانس کی نالیاں صاف ہو جاتی ہیں۔

ڈاکٹر زائمنٹ نے یہ نتیجہ کھانسی کے لیے استعمال ہونے والی دواؤں کی تاریخ کے مطالعے کے بعد اخذ کیا ہے۔ اس کے علاوہ انہوں نے مصالحے استعمال کرنے اور مصالحوں سے پرہیز کرنے والوں میں سینے کی شکایات کے تناسب کا بھی مطالعہ اور مقابلہ کیا۔ بقول ان کے ان امراض کی پرانی دواؤں اور غذاؤں میں سیاہ مرچ، لہسن ضرور شامل ہوتے تھے۔ بلکہ ۱۲ ویں صدی کے ایک یہودی معالج نے مرغی کے مصالحے دار شوربے کو دمے اور سانس کی تکلیف کا بہترین علاج قرار دیا تھا۔ اس معالج کے مطابق مصالحے استعمال کرنے والوں کے پھیپھڑے بہت صحت مند رہتے ہیں۔

پشاوری سُوپ: جاڑوں کے آتے ہی کراچی میں پشاوری سُوپ کی فروخت شروع ہو جاتی ہے۔ اسے فروخت کرنے والوں کے مطابق یہ شوربا جس میں گرم مصالحہ پڑا ہوتا ہے، سال بھر کھائی جانیوالی نسوار اور تمباکو کی مضرتوں کو دھو ڈالتا ہے، اس میں یہی بات پوشیدہ ہے کہ دراصل اس چٹ پٹ شوربے کے استعمال سے (بقیہ صفحہ نمبر 23 پر)

صاحب حزب البحرؒ کے مجرب عملیات

جو شخص قید میں ہو یا کسی غم وفکر میں مبتلا ہو، تو اس کو دن میں بسم اللہ الرحمٰن الرحیم ہزار بار اور رات کو بھی ہزار مرتبہ بسم اللہ الرحمٰن الرحیم پڑھنا چاہیے اگر آپس میں الفت پیدا کرنی ہو تو بارش کے پانی پر ۳۱۳ مرتبہ بسم اللہ الرحمٰن الرحیم پڑھ کر دم کر کے اس کو پلانا چاہیے۔

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں

(۱) جو شخص سوتے وقت ۲۱ مرتبہ ﴿**بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ**﴾ پڑھے گا۔ وہ جنات کے شر، چوری، آگ میں جلنے، ناگہانی موت اور ہر بلا وآفت سے محفوظ رہے گا۔ (۲) مجنوں یا آسیب زدہ پر ۴۱ مرتبہ پڑھ کر دم کرنے سے آسیب اور جنون جاتا رہے گا (3) ظالم حاکم کے سامنے ۵۰ مرتبہ پڑھ کر جانے سے ظالم حاکم کے دل میں ہیبت پیدا ہو جاتی ہے۔

(۴) اگر بارش کی ضرورت ہو، بارش نہ ہوتی ہو، تو نیت خاص سے ۱۴ مرتبہ پڑھیں۔ (۵) اگر کوئی شخص جسمانی درد یا سر درد میں مبتلا ہو، تو ۱۰۰ مرتبہ **بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ** پڑھ کر دم کریں، صحت یاب ہو جائے گا۔ (۶) جس وقت امام جمعہ کے دن خطبہ کے لیے منبر پر آئے، ۱۱۳ مرتبہ پڑھ کر خطیب کے ساتھ دعاء مانگ کر حق تعالیٰ سے حاجت طلب کرے، پوری ہو جائے گی۔

(۷) طلوع آفتاب کے وقت اتوار کے دن قبلہ کی طرف منہ کر کے ۳۱۳ مرتبہ پڑھیں، اور درود شریف ۱۰۰ مرتبہ تو حق تعالیٰ بے حساب رزق عطا فرمائے گا۔ (۸) جو شخص ۷۸۸ مرتبہ ہر روز مداومت کے ساتھ نیت خالص سے پڑھتا رہے گا۔ اس کے تمام نیک مقاصد، بحکم الٰہی بر آئیں گے۔ (۹) اگر روزہ رکھ کر ۷۸۸ مرتبہ بسم اللہ پڑھیں، تو مقصد بہت جلد بر آئے گا۔ (۱۰) اگر ۳۱۳ مرتبہ مداومت کے ساتھ پڑھتے رہیں، تو تمام لوگوں کے دل اس کے لیے مسخر ہو جائیں گے۔ (۱۱) اگر 1000 مرتبہ مداومت کے ساتھ پڑھتے رہیں، تو اس کی دین و دنیا کی تمام حاجتیں پوری ہوں گی۔ (۱۲) جو شخص قید میں ہو یا کسی غم وفکر میں مبتلا ہو تو اس کو دن میں ہزار اور رات کو ہزار مرتبہ پڑھنا چاہیے۔ (۱۳) اگر آپس میں الفت پیدا کرنی ہو تو بارش کے پانی پر ۳۱۳ مرتبہ **بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ** پڑھ کر دم کر کے پلانا چاہیے۔ (۱۴) جو بچہ سوتے ہوئے چونک پڑتا ہو، ڈر جاتا ہو، ایک کاغذ پر **بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ** ۲۱ مرتبہ لکھ کر بچے کے گلے میں ڈالیں، بچہ تمام آفات سے محفوظ رہے گا۔ (۱۵) اگر ۳۵ مرتبہ لکھ کر گھر میں لٹکائیں، تو اس گھر میں شیطان اور جن داخل نہ ہوگا، اور بے حساب خیر و برکت ہوگی اور اگر دکان پر لٹکائیں تو خوب نفع ہو۔ (۱۶) اگر محرم کی پہلی تاریخ کو ۱۱۳ مرتبہ لکھ کر گلے میں حمائل کریں تو وہ شخص اور اس کے بال بچے ہر تکلیف سے محفوظ رہیں گے۔ (۱۷) اگر ۱۱۱ مرتبہ سفید کاغذ پر لکھ کر باغ میں دفن کر دیں تو پیداوار خوب ہو اور اگر گلے میں ڈال لیں تو دشمن کے دل میں اس کی ہیبت بیٹھ جائے۔ (۱۸) مچھلیوں کا شکار کرنے کے لیے سیسہ کے ایک ٹکڑے پر ۳ مرتبہ لکھ کر جال میں باندھیں، تو شکار خوب ہاتھ آئے۔ (۱۹) اگر کوئی شخص عوام اور خواص کی نظر میں معزز اور مکرم بننا چاہے، تو جمعرات کو روزہ رکھ کر چھوارے اور شکر سے روزہ افطار کرے اور ۱۲۱ مرتبہ **بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ** پڑھے اور ہمیشہ پڑھنے کا معمول بنا لے۔ اس کے بعد مشک و زعفران اور گلاب سے حروف مقطعہ کی صورت میں **بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ** لکھے اور اگر بتی کی دھونی دے کر بازو پر باندھے یا گلے میں ڈالے تو جو شخص بھی اسے دیکھے گا، دیکھتے ہی محبت کرنے لگے گا۔ (۲۰) نیلے کپڑے پر اللہ لکھ کر اس کا ایک کنارہ جلا کر آسیب زدہ کو سنگھائیں تو آسیب محبوس ہو جائے گا۔ اگر آسیب سے بات کرنا چاہیں یا آسیب کا قتل کرنا مقصود ہو تو اسی فیتہ سے کام چلے گا اور کسی برتن میں اللہ مکرر لکھیں کہ برتن کا اندرونی حصہ خالی نہ رہے۔ پھر اس برتن کو دھو کر اس کا پانی آسیب زدہ کو پلائیں۔ آسیب جل جائے گا۔ (۲۱) اگر سانپ یا بچھو نے کاٹ لیا ہو تو بسم اللہ حروف مقطعات کی صورت میں اور اس کے بعد ﴿**سَلٰمٌ عَلٰى نُوْحٍ فِى الْعٰلَمِيْنَ**﴾ (الصافات 79) لکھ کر دھو کر پلائیں۔ زہر اتر جائیگا اور مریض صحت یاب ہو جائے گا (۲۲) لفظ الرحمٰن لکھ کر ۱۵۰ مرتبہ یارحمٰن پڑھ کر دم کر کے اپنے پاس رکھ کر ظالم حاکم کے پاس جائیں۔ اس کے شر سے محفوظ رہیں گے۔ (۲۳) اگر الرحیم حروف مقطعات کی صورت میں ۲۸۰ مرتبہ لکھ کر بطور تعویز گلے میں ڈالیں تو تلوار اور چھری کی دھار آپ پر اثر نہ کرے گی۔

(۲۴) امیر المؤمنین سیدنا علی کرم اللہ وجہہ سے منقول ہے کہ رات کو بستر پر لیٹتے وقت جو شخص یہ دعا پڑھے گا وہ ہر آفت سے محفوظ رہے گا۔ حضور سرور عالم ﷺ نے یہی دعا لکھ کر حضرت حسنؓ کے گلے میں بطور تعویذ ڈالی تھی۔ دعا یہ ہے۔

"**اَعُوْذُ بِعِزَّةِ اللّٰهِ اَعُوْذُ بِجَلَالِ اللّٰهِ اَعُوْذُ بِسُلْطَانِ اللّٰهِ وَاَعُوْذُ بِجَبَرُوْتِ اللّٰهِ وَاَعُوْذُ بِمَلَكُوْتِ اللّٰهِ ط وَاَعُوْذُ بِدَفْعِ اللّٰهِ وَاَعُوْذُ بِجَمْعِ اللّٰهِ وَاَعُوْذُ بِمُلْكِ اللّٰهِ وَاَعُوْذُ بِرَحْمَةِ اللّٰهِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ وَ ذَرَاَ وَبَرَءَ وَمِنْ شَرِّ الْهَآمَّةِ وَالسَّامَّةِ وَ مِنْ شَرِّ فَسَقَةِ الْجِنِّ وَالْاِنْسِ وَ مِنْ شَرِّ فَسَقَةِ الْعَرَبِ وَالْعَجَمِ وَ مِنْ شَرِّ كُلِّ دَابَّةٍ فِى اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ اَنْتَ تَاْخُذُ بِنَا صِيَتِهَا اِنَّ رَبِّىْ عَلٰى صِرَاطٍ مُّسْتَقِيْمٍ**"، (۲۵) اگر خواب میں کسی مردہ کی زیارت کرنی ہو تو یہ دعا پڑھ کر سو رہے "**اَللّٰهُمَّ اَنْتَ الْحَىُّ الَّذِىْ لَا يُعْرَفُ وَالْاِيْمَانُ يُعْرَفُ مِنْكَ بَدَتِ الْاَشْيَاءُ وَاِلَيْكَ تَعُوْدُ مَا اَقْبَلَ مِنْهَا كُنْتَ مَلْجَاءَ ه وَ مَنْجَاهُ وَمَا اَدْبَرَ لَمْ يَكُنْ لَّهٗ مَلْجَاءٌ وَلَا مَنْجَى مِنْكَ اِلَّا اِلَيْكَ وَ اَسْئَلُكَ بِلَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ وَاَسْئَلُكَ بِبِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ وَبِحَقِّ حَبِيْبِكَ مُحَمَّدٍ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَاٰلِهٖ وَسَلَّمَ سَيِّدِ الْمُرْسَلِيْنَ وَبِحَقِّ عَلِىٍّ وَبِحَقِّ فَاطِمَةَ سَيِّدَةِ نِسَآءِ فِى الْعَالَمِيْنَ وَبِحَقِّ الْحَسَنِ وَالْحُسَيْنِ الَّذَيْنِ جَعَلْتَهُمَا سَيِّدَا شَبَابِ اَهْلِ الْجَنَّةِ صَلَوَاتُ اللّٰهِ عَلَيْهِمْ اَجْمَعِيْنَ اَنْ تُصَلِّىَ عَلٰى مُحَمَّدٍ وَّ اٰلِ مُحَمَّدٍ وَاَنْ تُرِيَنِىْ بِيَّتِى فِى الْحَالِ الَّتِىْ هُوَ عَلَيْهَا.**"

(۲۶) اگر کوئی شخص بیمار ہو جائے اور اس کی بیماری کا علاج کسی کی سمجھ میں نہ آئے تو غسل کر کے پاک صاف کپڑے پہن کر تنہائی میں پاک بستر پر لیٹ کر سورۂ الم نشرح 15 مرتبہ اور والضحٰی 15 مرتبہ پڑھ کر اللہ سے دعا کرے کہ خواب میں ایسی دوا بتلا دی جائے جس سے مریض کو صحت حاصل ہو جائے۔ ان شاء اللہ خواب میں مطلب حل ہو جائے گا۔

حضرت جعفر صادقؒ سے منقول ہے کہ جو شخص یہ استغفار 2 ماہ تک روزانہ 400 مرتبہ پڑھے گا۔ حق تعالیٰ اس کو یا تو علم کا خزانہ عطا فرمائے گا یا مال و دولت کا:

"**اَسْتَغْفِرُ اللّٰهَ الَّذِىْ لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ الرَّحْمٰنُ الرَّحِيْمُ الْحَىُّ الْقَيُّوْمُ بَدِيْعُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ مِنْ جَرْىِ اِسْرَافِىْ عَلٰى نَفْسِىْ وَاَتُوْبُ اِلَيْهِ.**"

عبقری 32 **بھولی ہوئی چیز کو یاد کرنا:** ابو موسیٰ مدینی سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا جب تم کسی چیز کو بھول جاؤ تو مجھ پر درود بھیجو وہ چیز یاد آ جائیگی۔

سیب‘ طاقت اور قوت کا خزانہ

دل و دماغ کی کمزوری کو دور کرنے کیلئے سیب کا مربہ کھانا بہت ضروری ہوتا ہے۔ اس سے خون کی کمی بھی دور ہو جاتی ہے۔ اعضائے رئیسہ کو طاقت دیتا ہے۔ اعصابی کمزوری‘ اس کے مسلسل استعمال سے دور ہوتی ہے۔

(پروفیسر ڈاکٹر علی اصغر)

عربی تفاح فارسی سیب
سندھی سوف انگریزی Apple

اس کا رنگ سبز، زرد اور سرخ ہوتا ہے سیب کا ذائقہ شیریں ہوتا ہے۔ اس کا مزاج گرم اور تر دوسرے درجے میں ہے۔ ترش سیب سرد و خشک ہوتا ہے۔ سیب سے مربہ اور شربت بنایا جاتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک سیب آدھ پاؤ، مربہ سیب ڈیڑھ تولہ، شربت چار تولے تک ہے۔ اس کے بے شمار فوائد ہیں۔

سیب کے فوائد:

(1) سیب مفرح دل و دماغ ہے۔ (2) دل کو طاقت دیتا ہے۔ دل کی گھبراہٹ کی صورت میں تازہ سیب یا اس کا مربہ کھانا انتہائی مفید ہوتا ہے۔ (3) اس میں فولاد، وٹامن اے کیلشیم، فاسفورس پائے جاتے ہیں جو انسانی صحت کیلئے ضروری ہوتے ہیں۔ اس کے علاوہ وٹامن بی اور سی بھی ہوتے ہیں۔ (4) سیب قدرے قابض ہوتا ہے۔ لیکن اس کا مربہ بھوک بڑھاتا ہے۔ (5) گرمی کو تسکین دیتا ہے۔ (6) خون صالح پیدا کرتا ہے بشرطیکہ صبح اور تیسرے پہر کھایا جائے۔ (7) چہرے کا رنگ نکھارتا ہے۔ (8) جگر کی اصلاح کرتا ہے اور اسے طاقت دیتا ہے۔ (9) معدہ کو طاقت دیتا ہے اور فعلِ معدہ کو درست کرتا ہے۔ (10) ہانپنے اور خفقان میں مفید ہے۔ (11) سانس کی تنگی اور خشک کھانسی کو بے حد مفید ہے۔ (12) سیب قے کو روکتا ہے اور متلی کا مانع ہے۔ (13) کمزور مریضوں کو بے حد مفید ہے۔ (14) ترش سیب قابض ہوتا ہے اور قے کا سبب بھی بنتا ہے۔ (15) سیب دل کو شگفتہ اور دماغ کو تر و تازہ کرتا ہے اس وجہ سے پریشانی وغیرہ کی صورت میں انسانی جسم میں قوت مدافعت بڑھاتا ہے۔ (16) سیب پھلوں میں اپنی غذائی افادیت کی بناء پر خاص مقام رکھتا ہے۔ (17) اگر روزانہ دو سیب کھا کر ایک پاؤ دودھ صبح نہار منہ پیا جائے تو چھ ہفتوں میں انسانی صحت قابل رشک ہو جاتی ہے۔ (18) رات کو سوتے وقت سیب کھانا قبض کشا اثر رکھتا ہے۔ (19) معدہ کی کمزوری اور ضعف جگر کی صورت میں ترش سیب استعمال کرنا مفید ہوتا ہے۔ (20) دماغی کام کرنے والوں کیلئے سیب کھانا قدرت کا بہترین تحفہ ہے۔ (21) یہ خون میں سرخ ذرات پیدا کرتا ہے۔ (22) سیب کے جوس سے پیٹ اور انتڑیوں کے جراثیم دور ہوتے ہیں اور دافع بدبو بھی ہے۔ (23) گردوں کی صفائی کیلئے سیب سے بہتر اور کوئی چیز نہیں۔ (24) سیب کے چھلکوں سے نہایت لذیذ اور خوشبودار چائے تیار کی جاسکتی ہے۔ جو چالیس سال سے اوپر خواتین و حضرات کیلئے بے حد مفید ہے۔ (25) سیب کے چھلکوں کی چائے میں اگر لیموں اور شہد کا اضافہ کر لیا جائے تو یہ پیچش اور محرقہ بخار کی کمزوریوں کو دور کرتی ہے۔ (26) اگر جوڑوں کے درد والے حضرات یہ چائے استعمال کریں تو انہیں خاصا فائدہ ہوتا ہے۔ (27) سیب دانتوں کو مضبوط کرتا ہے اس کے اجزاء دانتوں اور مسوڑھوں میں جذب ہو کر انہیں خاصا مضبوط کرتے ہیں۔ (28) ویسے تو سیب اپنے تمام تر فوائد کے ساتھ کسی بھی وقت کھایا جاسکتا ہے۔ اگر سیب کو کھانے کے بعد کھایا جائے تو یہ ہاضمے میں مدد کرتا ہے۔

(29) بچے کی پیدائش سے پہلے اگر سیب کا متواتر استعمال کیا جائے تو بچہ خوبصورت پیدا ہوتا ہے اور حاملہ عورت مختلف بیماریوں سے محفوظ بھی رہتی ہے۔ (30) چھ ماہ کی عمر والے بچے کو دو چمچ سیب کا جوس روزانہ پلانے سے اس کی صحت میں اضافہ ہوتا ہے اور چھوٹی موٹی بیماری بھی بچے کو نہیں لگتیں (انشاءاللہ)۔ (31) پیچش، ٹائیفائیڈ، تپ دق اور کھانسی میں سیب کا استعمال بے حد مفید ہوتا ہے۔ (32) دل و دماغ کی کمزوری کو دور کرنے کیلئے سیب کا مربہ کھانا بہت ضروری ہوتا ہے اس سے خون کی کمی بھی دور ہو جاتی ہے۔ (33) اعضائے رئیسہ کو طاقت دیتا ہے۔ اعصابی کمزوری اس کے مسلسل استعمال سے دور ہوتی ہے۔ (34) سیب کا جوس جوش دے کر تین چار روز تک تقریباً ایک پاؤ روزانہ پلایا جائے تو ہر نشہ کرنے والا نشے کو چھوڑ دے گا۔ (35) مقوی دل، دماغ اور مقوی جگر مربہ تیار کرنے کیلئے عمدہ سیب ایک سیر لیں۔ انہیں احتیاط سے چھیل کر ایک سیر پانی میں ڈال کر دو جوش دے کر اتار لیں۔ پانی سے سیب الگ کر کے تین گنا (تین سیر) چینی ملا کر قوام تیار کریں پھر سیب اس قوام میں ملا دیں اور سیبوں کو کسی چھری سے ٹک لگائیں۔ جب شیرہ گاڑھا ہو جائے تو اتار لیں۔ ٹھنڈا ہونے پر کسی شیشے کے جار میں محفوظ کر لیں اور حسب ضرورت استعمال میں لائیں۔ (36) سیب کے مسلسل استعمال سے بدن میں پھرتی اور جسم میں چستی آجاتی ہے۔ (37) سیب مقوی بصر اور حافظہ کو تیز کرتا ہے۔ (38) سر درد کی صورت میں سیب کی نسوار استعمال کی جاتی ہے۔ جس میں خشک شدہ سیب ایک تولہ، جنگلی اپلوں کی راکھ ایک تولہ کو اچھی طرح رگڑ کر ملا کر محفوظ کر لیں بوقت ضرورت ذرا سا سونگھنا فوری فائدہ دیتا ہے۔ (39) آنکھوں کے ورم کے لئے سیب کی پلٹس مفید ہوتی ہے۔

(40) آنکھوں کی جملہ بیماریاں دور کرنے کیلئے سرمہ سیاہ ایک تولہ، قلمی شورہ ڈیڑھ ماشہ، کف دریا ڈیڑھ ماشہ، کالی مرچ چار عدد لے کر پانچ دن تک تمام ادویہ کو عرق سیب میں کھرل کریں۔ خشک ہونے پر شیشی میں محفوظ کر لیں۔ رات کو سوتے وقت دو دو سلائیاں ڈالنا بے حد مفید رہتا ہے۔ (41) اگر کھل کر اجابت کا خیال ہو تو ایک سیب کو دودھ کے اندر اتنا پکائیں کہ وہ بالکل نرم ہو جائے۔ اسے اچھی طرح مل چھان کر حسب طبیعت چینی ملا کر پینا فائدہ دیتا ہے۔ (42) دانتوں کا منجن بنانے کیلئے سیب کے درخت کا کوئلہ دو تولے، سونٹھ ایک تولہ، نمک لاہوری ایک تولہ، پھٹکری آدھ تولہ، تمام ادویہ کا سفوف بنا لیں اور یہ سفوف حسب ضرورت استعمال میں لائیں۔ (43) اگر بہی دانہ ایک تولہ پوٹلی میں باندھ کر بکری کے آدھ سیر دودھ میں جوش دیں پوٹلی نکال کر اس دودھ میں تین پاؤ سیب کا جوس ملا کر پینے سے نیند آنا شروع ہو جاتی ہے اور اس طرح نیند کی کمی والی بیماری سے چھٹکارا حاصل ہو (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

کان کا بہنا: کان بہتا ہو تو سفید پیاز کا پانی اور سرسوں کا تیل ملا کر کان میں چند قطرے ڈالیں، ان شاء اللہ آرام ہوگا۔

خواتین کے لیے بیش بہا نیکیاں

یک نیک اور باعمل عورت 70 ولیوں سے بہتر ہے۔ بچے کی پیدائش کے وقت ماں کی ہر رگ میں تکلیف ہوتی ہے۔ ہر رگ میں درد پر ایک ایک حج کا ثواب ملتا ہے۔ دودھ پلانے والی عورت کو دودھ کی ایک ایک بوند کے بدلے نیکی ملتی ہے۔ (اسداللہ)

مسلمان مرد ہو یا عورت اس کے ہر قول وفعل پر خداوند تعالیٰ کی طرف سے اجر ملتا ہے۔ اسلام نیکیوں اور بھلائی کا مجموعہ ہے۔ روزمرہ زندگی کے عام معمولات سرانجام دینے پر ڈھیروں ثواب ملتا ہے۔ انسانی زندگی جو اس نے اسلام کے تحت گزاری، اس کا کوئی لمحہ ضائع نہیں ہوتا۔ ہر لمحہ اسے معمولات زندگی شریعت کے مطابق گزارنے پر نیکیوں کا خزانہ ملتا رہتا ہے۔

ذرا سی توجہ کی ضرورت ہے اور احساس کی بات ہے۔ اعمال دنیا میں جنت کا نمونہ بن جاتے ہیں۔

☆ جنت میں لوگ اللہ تبارک وتعالیٰ کا دیدار کرنے جائیں گے مگر دنیا میں پردے کی حالت میں رہنے والی عورتوں کا دیدار اللہ پاک خود کریں گے۔ ☆ خاوند اپنی بیوی کو اور بیوی اپنے خاوند کو محبت کی نگاہ سے دیکھے تو اللہ تبارک وتعالیٰ ان دونوں میاں بیوی کو محبت کی نگاہ سے دیکھتا ہے۔ ☆ عورت پاک دامن ہو، نماز، روزے کی پابند ہو اور اپنے شوہر کی خدمت گزار ہو، اس کے لیے جنت کے آٹھوں دروازے کھول دیے جاتے ہیں۔ ☆ جو خاتون آٹا گوندھتے وقت ''بسم اللہ'' مکمل کا ورد کرے تو اس کے گھر میں مال ودولت کی فراوانی ہو جاتی ہے۔ ☆ گھر میں جھاڑو دیتے وقت جو خاتون اللہ کا ذکر کرتی رہے تو اسے خانہ کعبہ میں جھاڑو دینے کا ثواب ملتا ہے۔

☆ ایک نیک اور باعمل عورت 70 ولیوں سے بہتر ہے۔

☆ ایک بدکردار، بدگفتار عورت، ایک ہزار برے مردوں سے بدتر ہے۔ ☆ باریک اور ایسے کپڑے جن سے جسم کے اعضاء ظاہر ہوں، ایسا لباس پہننے والی عورت کبھی جنت میں داخل نہیں ہوگی بلکہ اسے جنت کی خوشبو بھی سونگھنے کو نہیں ملے گی۔

☆ حاملہ عورت کا دن روزے اور رات عبادت میں شمار ہوتی ہے ☆ حاملہ عورت کو بچے کی پیدائش پر ستر سال کی نمازیں پڑھنے اور ستر سال کے روزے رکھنے کا ثواب ملتا ہے۔

☆ بچے کی پیدائش کے وقت ماں کی ہر رگ میں تکلیف ہوتی ہے۔ ہر رگ میں درد پر ایک ایک حج کا ثواب ملتا ہے۔ دودھ پلانے والی عورت کو دودھ کی ایک ایک بوند کے بدلے نیکی ملتی ہے۔ ☆ جو عورت اپنے بچے کے رونے کی وجہ سے سو نہ سکے اس کو 60 غلام آزاد کرنے کا ثواب ملتا ہے۔ ☆ اگر عورت بچے کی پیدائش کے بعد 40 دنوں کے اندر زچگی کی حالت میں انتقال کر جائے تو اللہ پاک اسے شہادت کا درجہ دیتے ہیں۔ ☆ جب عورت اپنے بچے کی بیماری کی وجہ سے بے آرام رہے اور بچے کو آرام پہنچانے کی کوشش کرے تو اللہ تبارک تعالیٰ 12 سال کی مقبول عبادت کا ثواب دیتے ہیں۔

☆ جب بچہ دودھ پینے کی عمر پوری کرتا ہے تو ایک فرشتہ عورت کو خوشخبری دیتا ہے کہ اللہ تبارک وتعالیٰ نے تجھ پر جنت واجب کردی ہے۔ ☆ جس خاتون کا خاوند اللہ کی راہ میں جہاد یا تبلیغ کے لیے گیا ہو تو اس کی غیر حاضری کے دوران اپنی عصمت کی حفاظت کرتے ہوئے گھر میں رہے تو وہ عورت 500 سال پہلے جنت میں جائے گی اور 70 ہزار جنتی عورتوں کی سردار ہو گی، جنت میں اعلیٰ مقام ملے گا۔ ☆ ایک دوزخی عورت اپنے ساتھ چار مردوں کو بھی دوزخ میں لے کر جائے گی کہ انہوں نے مجھے گناہوں سے نہیں روکا اور نیکیوں کی تلقین نہیں کی، عورت جن مردوں کو دوزخ میں لے جائے گی ان میں اس کا باپ، بھائی، شوہر اور بیٹا شامل ہوگا۔ ☆ مرد ہو یا عورت جو بھی اپنے والدین کو ایک بار پیار بھری نگاہ سے دیکھتا ہے تو اللہ تعالیٰ اسے حج وعمرہ کا ثواب عطا کرتا ہے۔ ☆ جب رات کو سوتے وقت بچہ روئے اور ماں بغیر کسی تردد کے خوشی خوشی دودھ پلا دے تو اس کو ایک سال کی نماز، ایک سال کے روزے کا ثواب ملتا ہے۔ ☆ جنت ماں کے قدموں تلے ہے۔ ماں کے قدموں کو بوسہ دینا جنت کی چوکھٹ چومنا ہے۔ ☆ جو سلوک تم اپنے ماں باپ سے کروگے وہی سلوک تمہاری اولاد تم سے کرے گی۔ ☆ فرائض کی پابندی کریں۔ سنت نبوی ﷺ کی پیروی کریں۔ حرام سے بچیں، جھوٹ بولنے سے اجتناب کریں، حلال کی طلب رکھیں، زبان کی حفاظت کریں، پیٹ کو حرام سے ضرور بچائیں۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

اہم اطلاع

مصروفیات بڑھ جانے کے باعث حکیم صاحب سے فون پر رابطہ کا شیڈول تبدیل کر دیا گیا ہے۔ لہٰذا آئندہ حکیم صاحب سے دن 10:00 بجے سے 11:00 بجے تک رابطہ ہو سکے گا۔ یہ شیڈول چونکہ مصروفیات کے پیش نظر بنایا گیا ہے اس لیے بامر مجبوری فون کے رابطہ میں ناغہ بھی ہو سکتا ہے۔ جس کیلئے پیشگی معذرت خواہ ہیں۔

ماہانہ روحانی محفل

ناممکن روحانی مشکلات اور لاعلاج جسمانی بیماریوں سے نجات

9 فروری 2009ء بروز پیر کو شام 7 بجے سے پونے آٹھ بجے تک ہماری روحانی محفل ہوگی۔ غسل یا وضو کرنے کے بعد شام 7 بجے سے شروع ہو کر رات پونے آٹھ بجے تک **اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ بِحَقِّ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ** بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ پڑھیں کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت مکمل ہونے کے بعد دل وجان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز واقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔

(نوٹ:) خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی باوضو ہو کر روحانی محفل میں شرکت کر سکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے، مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن، ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔ (ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ

مالی اور معاشی پریشانیوں سے نجات

محترم حکیم صاحب! السلام علیکم کے بعد عرض ہے کہ آپ خیریت سے ہوں گے۔ میں آپ کے رسالے کا پرانا قاری ہوں اور آپ کے رسالے کو بہت زیادہ پسند کرتا ہوں۔ جب سے عبقری میں روحانی محفل کا سلسلہ شروع ہوا ہے۔ ہم تمام گھر والے بھرپور طریقے سے عبقری میں چھپنے والی روحانی محفل کا اہتمام کرتے ہیں۔ جس کی وجہ سے ہمارے گھر سے مالی اور معاشی دشواریوں کا آہستہ آہستہ خاتمہ ہو رہا ہے۔ اس روحانی محفل کی وجہ سے تمام گھر والے مسنون اعمال کی طرف متوجہ ہو رہے ہیں۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

ایمان کی سلامتی کے لیے دعا

حضرت نوح علیہ السلام اپنے وقت کے سب سے برگزیدہ نبی تھے لیکن خودان کے بیٹے بھی ایمان سے محروم رہے، اس سلسلہ میں حضرت لوط علیہ السلام کی بیوی اور حضرت ابراہیم علیہ السلام کے والد کی مثالیں بھی ہمارے سامنے ہیں (مولانا محمد الیاس ندوی)

دنیا کی ہر نعمت اسباب ووسائل اور دولت وثروت سے حاصل کی جاسکتی ہے سوائے ہدایت یعنی ایمان واسلام کے۔ اسی طرح انسان کو ملنے والی ہر دولت کی حفاظت بھی اسباب و وسائل سے ہوسکتی ہے، سوائے ایمان واسلام کے۔ کس کی کون سی ادا اللہ کو پسند آئے اور اس کی طرف سے اس کے اور اس کی نسلوں کے ہدایت ودین پر باقی رکھنے کے فیصلے کیے جائیں کہا نہیں جاسکتا۔ اسی طرح یہ بھی کہا نہیں جاسکتا کہ نفس یا شیطان کے بہکاوے میں آکر انسان سے کب ایسی غلطی یا گناہ سرزد ہوجائے جس سے اللہ کے غضب وغصہ کا ظہور ہو اور ہدایت کی نعمت چھین لی جائے۔ ہدایت براہ راست اللہ ہی کے قبضہ قدرت میں ہے اس پر کسی کا بس نہیں چلتا۔ اپنے اس اختیار کو ثابت کرنے کے لیے اللہ تعالیٰ کبھی اپنے محبوب ترین بندوں کے قریبی عزیزوں کو بھی ان کی عین خواہش اور بار بار کی درخواست ودعا اور التجا کے باوجود اس دولت ایمان سے محروم رکھتا ہے۔ ابو طالب کے خود آپ ﷺ پر عظیم احسانات کے باوجود ان کو ایمان کی دولت سے محروم رکھنا اسی قبیل سے ہے۔ یہ الگ بات ہے کہ کسی طالب حق کو اللہ تعالیٰ ہدایت سے محروم نہیں کرتا اور بلاوجہ وہ کسی سے یہ نعمت بھی نہیں چھینتا۔ امام بخاریؒ سے بڑھ کر اُس زمانہ میں شاید ہی کوئی اور اللہ کا محبوب ترین بندہ روئے زمین پر تھا۔ قرآن کریم کے بعد سب سے زیادہ پڑھی جانے والی کتاب صحیح بخاری کی تدوین کا اللہ نے ان کو ذریعہ بنایا لیکن ان کی نسلوں میں بھی الحاد ودہریت کی ہوائیں چلیں اور ان کی قوم میں بھی خدا بیزاری کے مظاہر دیکھنے میں آئے۔ بخارہ ان کا وطن تھا جو چند سالوں قبل تک روس کے زیر انتظام تھا، وہاں کے مسلمانوں میں سرخ انقلاب کے دوران کفر والحاد عام ہوگیا اگرچہ ان جاں گسل حالات میں بھی ان ہی کی نسلوں کے ہزاروں لوگوں نے جس طرح اپنے ایمان وسلام کی حفاظت کی وہ مناظر بھی حیرت انگیز ہی تھے۔ اسی طرح حضرت ابراہیم علیہ السلام کی چار نسلوں تک نبوت کا سلسلہ چلا۔ موجودہ یہودیوں کے وہ جد امجد تھے لیکن اللہ کے غیض و غضب سے جس طرح یہودی دوچار ہوئے اور ملعون ومغضوب قرار دیے گئے اور ضلالت وگمراہی کی جس عمیق غار میں جاگرے وہ ہم سب کے سامنے ہے۔ حضرت نوح علیہ السلام اپنے وقت کے سب سے برگزیدہ نبی تھے لیکن خودان کے بیٹے بھی ایمان سے محروم رہے۔ اس سلسلہ میں حضرت لوط علیہ السلام کی بیوی اور حضرت ابراہیم علیہ السلام کے والد کی مثالیں بھی ہمارے سامنے ہیں۔ ان سب کا خلاصہ یہ نکلا کہ ایمان جیسی نعمت سے سرفراز ہونے کے لیے نہ کسی شریف النسل حسب ونسب سے تعلق کا اللہ کے ہاں پاس ولحاظ رکھا جاتا ہے اور نہ اس نعمت کے باقی رہنے کے لیے کسی نبی کی قرابت تک کا خیال رکھا جاتا ہے۔ جب نبیوں اور رسولوں جیسے اپنے وقت کے محبوب ترین بندوں کے رشتہ داروں اور عزیزوں کے ساتھ اللہ کا یہ معاملہ ہے تو ہم جیسے لوگوں کی کیا حیثیت ہے؟ ہمیں اپنے ایمان واسلام سے متعلق کتنا ڈرتے رہنا چاہیے اور کس قدر اس سلسلہ میں فکر مند ہونا چاہیے۔ لیکن سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ نہ اس نعمت عظمی کے ملنے میں ہمارا بس ہے اور نہ باقی رہنے میں ہمارا اختیار تو ہمیں کیا کرنا چاہیے، قرآن میں خود اللہ تعالیٰ نے اس کا طریقہ بتایا ہے اور ایک ایسی دعا سکھائی ہے کہ اس کا استحضار کے ساتھ بار بار پڑھتے رہنے پر اس نعمت ایمان کے باقی رکھنے کا وعدہ خداوندی بھی ہے۔ وہ طریقہ یہ ہے کہ انسان سب سے پہلے اس عظیم نعمت پر اللہ کا بار بار شکر ادا کرتا ہے اور ہدایت کے بعد ضلالت سے یعنی ایمان واسلام کے بعد کفر وشرک سے آئندہ کے لیے برابر پناہ بھی مانگتا رہے اور یوں کہتا رہے کہ اے اللہ تو ہمیں ہدایت کے بعد ضلالت وگمراہی میں مبتلا نہ فرما اور ہمیں اپنی رحمت سے نواز دے یعنی خاتمہ بالخیر فرما، تو ہی سب کچھ دینے والا ہے:

" رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوْبَنَا بَعْدَ اِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَّدُنْكَ رَحْمَةً اِنَّكَ اَنْتَ الْوَهَّابُ "

(آل عمران آیت نمبر 8)

رسالہ پڑھنے کے بعد: آپ عبقری اور کتابوں کو پسند فرماتے ہیں۔ اعتماد سے ان کے روحانی اور طبی رازوں اور ٹوٹکوں کو آزماتے ہیں۔ یقیناً آپ کو فائدہ ہوتا ہے۔ یہ فائدہ ہمیں لکھیں چاہے ٹوٹے پھوٹے الفاظ ہی میں لکھیں۔ کس ماہ کے رسالے یا کتاب سے طبی یا روحانی فائدہ ہوا حوالہ ضرور لکھیں۔ آپ کا تجربہ لاکھوں قارئین کے فائدہ کا ذریعہ بن جائے گا اور صدقہ جاریہ بھی ہے۔ (ادارہ)

مرکزِ روحانیت وامن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر منگل اور جمعرات کو مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس، مسنون ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دور دراز سے مرد وخواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ اسماء الحسنیٰ اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل ومعاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین وحضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جن حضرات کے لیے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں۔

چوہدری لیاقت علی نمبردار، بہاولنگر۔ خواجہ عبدالرؤف صاحب، بہاولپور۔ میجر فیصل نواز، پشاور کینٹ۔ شہزار سعید، گوجرانوالہ۔ محمد حمزہ کامیانہ، میانوالی۔ محمد زکریا، ٹوبہ ٹیک سنگھ۔ محمد حسن، گوجرہ۔ ساجد وسیم، بہاول نگر۔ تحسین جاوید، ملتان۔ شبیر حسین رضوی، گلگت۔ چوہدری محمد شبیر، خانیوال۔ ملک محمد سلیم، راولپنڈی۔ عبدالباقی، اٹک۔ محمد مقصود احمد، سیالکوٹ۔ عبدالغفور، فیصل آباد۔ ملک محمد عارف، راولپنڈی۔ رمضان چشتی، لاہور۔ حاجی محمد امین، ولد رکن الدین، اٹک۔ ملک محمد اقبال، سانگھڑ سندھ۔ میاں عبدالعلیم، سکھر۔ مسز مسعود احمد ملک، سرگودھا۔ صفورا سلطانہ، لالہ موسیٰ۔ ساجدہ، منڈی باؤالدین۔ حاجی حکیم اللہ، پشاور۔ عدنان، پشاور۔ شاہد، پشاور۔ مس شہلا خان، پشاور صدر۔ شاہد جمال وارثی، پشاور صدر۔ محمد اسلم بھٹی، ضلع گجرات۔ عدنان، فیصل آباد۔ کوثر شاہین۔ چوہدری مقبول حسین، اوکاڑہ۔ مسلم شاہ، سانگھڑ سندھ۔ عبدالجبار، چارسدہ۔ محمد موسیٰ، حیدرآباد۔ صوفی نذیر احمد، ساہیوال۔ محمد آصف بشیر شامی، بہاولپور۔ عبدالرحمان، سوات۔ غلام سرور نسیم، گجرات۔ عبداللہ شمس الدین، کراچی۔ چوہدری نصر اللہ ناگی، گوجرانوالہ۔ ساجد محمود، ہری پور ہزارہ۔ ندیم ابراہیم، میرپور سندھ۔ محمد امانت، خانیوال۔ محمد مشتاق الرحمٰن، سرگودھا۔ عمر دراز، ملتان روڈ لاہور۔ محمد مشتاق، راولپنڈی۔ سید صفی اللہ، منگورہ سوات۔ ثناء رفیق، لاہور۔ عبدالعزیز، راجن پور۔ ام کلثوم، منڈی بہاؤالدین۔ غلام صابر قریشی، منڈی بہاؤالدین۔ مسز شاہین منیر، منڈی بہاؤالدین۔ مسز عابدہ منظر، منڈی بہاؤالدین۔ ملک مشتاق، چکوال۔ ڈاکٹر عبدالحق، میرپور آزاد کشمیر۔ بابر الٰہی، ایبٹ آباد۔ امتیاز احمد، ایبٹ آباد۔ محمد سعید، ایبٹ آباد۔ افتخار احمد، ایبٹ آباد۔ بلال، ایبٹ آباد۔ سید فیروز شاہ، ایبٹ آباد۔ سردار سلیم، ایبٹ آباد۔ شوکت، حسن ابدال۔ حنیف، حسن ابدال۔ قاری عبدالباسط، حسن ابدال۔

بھلائی پر خرچ کرنے کا صلہ

غریب پروری اور فلاح عام کا دوسرا انعام چودھری شیر عالم کو یہ ملا کہ ان کی ساری فصلیں حیرت انگیز طور پر خوب پھلتی پھولتی تھیں۔ انہیں نہ کبھی کیڑا لگا، نہ کوئی دوسری موسمی افتاد انہیں متاثر کرتی تھیں۔ (ڈاکٹر عبدالغنی فاروق)

مندرجہ ذیل معلومات مجھے میرے شاگرد اور عزیز دوست انجینئر اشفاق احمد بھٹی نے فراہم کی ہیں۔ انہوں نے بتایا ہے کہ شیخوپورہ روڈ پر ایک گاؤں مومن پورہ ہے، یہ بھٹی صاحب کا آبائی گاؤں ہے۔ وہاں چودھری شیر عالم نامی ایک زمیندار تھے۔ چار سو ایکڑ زمین کے مالک تھے۔ (۷۵ سال کی عمر میں ۲۰۰۰ء میں وفات پائی) اگرچہ ان پڑھ تھے، لیکن بہت نیک، عبادت گزار، مخیر اور غریب پرور تھے۔ گاؤں کے قریب جو زمین تھی، اس میں سبزیاں، خربوزے اور گنے کاشت کراتے اور ہر شخص کو عام اجازت تھی جو جب چاہے سبزیوں، خربوزوں اور گنوں کو بلا معاوضہ آزادی سے حاصل کرے۔ چوہدری شیر عالم غرباء و مساکین اور مستحق لوگوں کو ان نعمتوں سے مستفیذ ہوتے دیکھتے تو بہت خوش ہوتے اور اللہ کا شکر ادا کرتے، یہی نہیں بلکہ چودھری صاحب نے گاؤں کے بالکل قریب ایک قطعہ زمین پرائمری سکول کے لیے وقف کر دیا اور وہاں اسکول تعمیر کر دیا، جب کہ اس سے پہلے اسکول گاؤں سے بہت فاصلے پر تھا اور ننھے بچوں کو وہاں پہنچنے میں بڑی دشواری پیش آتی تھی۔ چودھری صاحب نے گاؤں میں دو دینی مدرسے بھی قائم کیے۔ ایک بچوں کے لیے دوسرا بچیوں کے لیے اور ان کے سارے اخراجات خود برداشت کرتے، کہیں سے چندہ وصول نہ کرتے، غریب بچوں اور بچیوں کے لیے رہائش، کھانے اور لباس کا بھی خود ہی انتظام کرتے، جس پر ماہانہ خرچ چالیس ہزار تک پہنچ جاتا تھا۔

اس خیر پسندی اور خدمت خلق کا صلہ چودھری شیر عالم بھٹی مرحوم کو دنیا ہی میں یہ ملا کہ اللہ نے انہیں پانچ بیٹے عطا فرمائے۔ سب والدین کے فرمانبردار، نیک نہاد اور اپنے والد کے مزاج اور روایت کے امین تھے۔ وہ موصوف محترم کی زندگی میں بھی باہم متحد ہو کر ایک ہی گھر میں زندگی گزارتے رہے اور ان کی وفات کے بعد بھی ان کی باہمی محبت اور تعلق میں کمی واقع نہیں ہوئی۔ سب بھائی خدمت خلق اور دینی بھلائی کے کاموں میں بدستور مصروف ہیں۔

غریب پروری اور فلاح عام کا دوسرا انعام چودھری شیر عالم کو یہ ملا کہ ان کی ساری فصلیں حیرت انگیز طور پر خوب پھلتی پھولتی تھی۔ انہیں کبھی کیڑا لگا اور نہ کوئی دوسری موسمی افتاد انہیں متاثر کرتی تھیں۔ مزید یہ کہ 1971ء میں دریائے راوی میں زبردست سیلاب آیا اور پورا علاقہ اس کی زد میں آ کر برباد ہو گیا، مگر موصوف محترم کی فصلوں کو معمولی سا بھی گزند نہ پہنچا۔ یہ زمینیں مومن پورہ کے مغرب میں واقع ہیں، سیلاب آیا اور شمال اور جنوب میں تباہی مچاتا ہوا گزر گیا، لیکن چودھری صاحب کی زمینیں بالکل محفوظ رہیں۔ اللہ نے اپنے وعدے کے مطابق خلق خدا کے لیے نفع بخش بننے والی فصلوں کو نقصان سے بالکل محفوظ رکھا۔

محمد زاہد مخدومی منصورہ کے قریب ایجوکیشن ٹاؤن میں رہتے ہیں۔ ریٹائرڈ انجینئر ہیں۔ انہوں نے بتایا کہ ناظم آباد کراچی میں ان کی بیگم کے تین قریبی رشتہ دار بھائی رہتے ہیں۔ ان کے چھوٹے چھوٹے کاروبار تھے اور انہیں بہت آسودگی حاصل نہ تھی۔ سوء اتفاق کہ چند سال پہلے ان کی والدہ بیمار ہو گئی اور فالج کے عارضے میں مبتلا ہو کر صاحب فراش ہو گئی۔ تینوں بھائی چونکہ کاروباری آدمی تھے اور بہت مصروف رہتے تھے، اس لیے چھ چھ ہزار روپے تنخواہ دے کر انہوں نے دو نرسوں کا انتظام کیا، جو سارا دن ان کی والدہ کی خبرگیری کرتی تھیں۔ خود بھی وہ والدہ کا بہت خیال رکھتے اور ان کی دلدہی میں کوئی کسر اٹھا نہ رکھتے تھے۔

والدہ کی بیماری اور علاج معالجے کا سلسلہ ڈھائی تین سال تک جاری رہا۔ نتیجہ یہ ہوا کہ ان کی مالیات پر شدید بوجھ پڑا۔ کاروبار تباہ ہو گیا، وہ مقروض ہو گئے حتیٰ کہ جس مکان میں رہتے تھے، وہ گروی رکھنا پڑا۔ لیکن پھر اللہ کی رحمت جوش میں آ گئی اور سال ڈیڑھ سال میں حالات میں غیر معمولی تبدیلی واقع ہو گئی۔ کاروبار میں برکت شروع ہو گئی اور پھر تو ان پر پیسہ بارش کی طرح برسا۔ اب صورت حال یہ ہے کہ تینوں بہت خوش حال ہیں اور تینوں کے الگ الگ مکان ہیں اور مجھے یقین ہے کہ یہ سارا انقلاب اس لیے رونما ہوا کہ انہوں نے اپنی بیمار والدہ کی خدمت میں کوئی کسر اٹھا نہیں رکھی تھی اور اس سلسلے میں انہوں نے ایک وقت میں اپنی معیشت کو بھی خطرے میں ڈالنے سے دریغ نہیں کیا تھا۔

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

یاد رکھیے تعلیم ہمیشہ بڑوں کی عزت کرنا سکھاتی ہے۔ آپ نے قرآن مجید ضرور پڑھا ہوگا۔ اللہ تعالیٰ والدین کے سامنے اُف بھی نہ کرنے کا حکم دیتے ہیں۔ صبر سے کام لیجئے، یقین جانیے صبر کا پھل میٹھا ہوتا ہے۔ آخر آپ پر حق سمجھ کر ہی سختی کی جاتی ہے

بیوی کی بے توجہی اور سرد مہری

سوال: روزگار کے سلسلے میں دیارِ غیر میں مقیم ہوں۔ میرے دو بچے ہیں۔ ایک دو سال کا اور دوسرا دس مہینے کا۔ چند ماہ سے محسوس کر رہا ہوں کہ میری بیوی کا رویہ بدل گیا ہے۔ میں صبح کا گیا شام کو گھر آؤں تو اس کا چہرہ عجیب سا ہوتا ہے۔ گرم جوشی بالکل نہیں دکھاتی۔ میری بیوی انتہائی نیک، پڑھی لکھی اور نماز روزے کی پابند ہے۔ کہیں بھٹکنے کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا۔ جہاں جائے میرے ساتھ جاتی ہے۔ مجھے اس کے چال چلن پر شبہ نہیں۔ مگر اس کی بے توجہی اور سرد مہری مجھے اندر ہی اندر کھائے جا رہی ہے۔ آخر کیا وجہ ہے؟ ہم ماہنامہ عبقری با قاعدگی اور ذوق سے پڑھتے ہیں۔ میں نے سوچا جہاں آپ دوسروں کے مسائل حل کرتے ہیں وہاں مجھے بھی مشورہ دیجئے۔ آخر میری بیوی کو کیا ہو گیا ہے؟ اس طرح تو زندگی گزارنا بہت مشکل ہے۔ (ایک پریشان شوہر)

جواب: آپ کا تفصیلی خط میرے سامنے ہے۔ مجھے آپ کی یہ بات بہت اچھی لگی کہ آپ نے اپنی بیوی کے متعلق جو کچھ لکھا، اس میں کسی شک کا شائبہ نہیں۔ آپ کے مسئلہ کا ایک حل ہے کہ گھر کے کام کاج کی معاونت کیلئے کسی ملازم کا انتظام کر لیں اس سے کام کاج میں آسانی ہوگی۔ باہر کے ممالک میں سارے کام خود کرنے پڑتے ہیں۔ آپ کے بچوں میں وقفہ کم ہے، ظاہر ہے آپ کی بیوی سب بچوں کی نگہداشت اور گھر کے سارے کام کرتی ہے۔ اس کی نیند بھی پوری نہیں ہوتی۔ بھرپور نیند نہ ملنے سے سارا جسم تھک جاتا ہے۔ ویسے بچوں کی پیدائش کے بعد خواتین میں تبدیلی آجاتی ہے۔

کبھی کبھی ہارمونوں کا توازن کم وبیش ہونے کی وجہ سے سرد مہری بڑھ جاتی ہے۔ ڈاکٹر اس مرض کی کئی تاویلیں پیش کرتے ہیں۔ اس کی بڑی وجہ کام کی زیادتی، دباؤ اور تھکن ہے۔ آپ اپنی بیگم کو ڈاکٹر کے پاس لے جائیے، طاقت کی ادویات تجویز کرائیے اور ان کی نیند کا خاص خیال رکھیے۔ رات کے ابتدائی حصے میں آپ بچوں کو سنبھال سکتے ہیں۔ انہیں تین گھنٹے کی نیند مل جائے تو وہ پھر رات کو جاگ سکتی ہیں۔ آپ کی ذرا سی توجہ اسے چاق وچوبند کر دے گی۔ سرد مہری کی اور کوئی وجہ نہیں۔ آپ خوامخواہ شک وشبہ میں نہ پڑیں اور اپنی بیوی کی طرف توجہ دیجئے۔ گھر آنے کے بعد بچوں کو سنبھالیے۔ چند ماہ کی بات ہے، آپ کا چھوٹا بچہ چلنے لگے گا تو آپ دونوں کو بہت سہولت ہو جائے گی۔ دو چھوٹے بچوں کو سنبھالنا آسان کام نہیں۔ پاکستان میں تو نانی، دادی، پھوپھی بھی بچوں کی مدد کر دیتی ہیں۔ وہ وہاں تن تنہا بچوں کی ذمہ داری اٹھانے سے تھک گئی ہیں۔ بیوی کو تازہ پھل اور بادام کھلائیے۔ ان شاء اللہ تعالیٰ چند ہفتوں میں حالات بہتر ہو جائیں گے۔

پڑھائی سے متنفر ہو گیا ہوں

سوال: میں ایک متوسط گھرانے سے تعلق رکھتا ہوں۔ والد ان پڑھ ہیں۔ انہوں نے ابتدائی تعلیم کے بعد مجھے مڈل میں داخل کرا دیا ہے۔ لیکن چھوٹی چھوٹی باتوں پر بری طرح پیٹتے ہیں۔ نتیجہ یہ ہے کہ میں پڑھائی سے بالکل متنفر ہو گیا ہوں۔ کتاب لے کر پڑھنے بیٹھوں تو طرح طرح کے خیال اور وسوسے گھیر لیتے ہیں۔ رو رو کر اپنے دل کی بھڑاس نکالتا ہوں۔ تھوڑے دن ہوئے چچا نے کسی قصور اور غلطی کے بغیر مجھے پیٹا۔ میں نے جب اپنا قصور پوچھا تو وہ بھڑک اٹھے اور بولے: تم نے میری توہین کی ہے۔ اس کے بعد انہوں نے مجھے اتنا پیٹا کہ میرے منہ اور ناک سے خون بہہ نکلا۔ آپ ہی بتائیے ایسے ماحول میں خاک پڑھا جا سکتا ہے۔ گھر سے باہر دوست مذاق اُڑاتے ہیں اور گھر میں پٹائی سے چھٹکارے کی کوئی صورت نہیں، کیا کروں؟ میرا دماغ بالکل ماؤف ہو گیا ہے۔ ایک دفعہ تو میں خودکشی کے ارادے سے کنوئیں پر چلا گیا۔ اسی اثناء میں ایک دوست آن پہنچا، چنانچہ ارادہ ملتوی کرنا پڑا۔ خدارا گھر سے نجات کی کوئی سبیل بتائیں۔ (عبداللہ)

جواب: برخودار، سعادت مند بچے اپنے والدین کی سختی ہر قیمت پر برداشت کرتے ہیں۔ یہ درست ہے کہ بعض اوقات والدین شفقت کے بجائے ایسی سختی پر آجاتے ہیں۔ جو بچے کے لیے ناقابل برداشت ہوتی ہے، لیکن یاد رکھیے تعلیم ہمیشہ بڑوں کی عزت کرنا سکھاتی ہے۔ آپ نے قرآن مجید ضرور پڑھا ہوگا۔ اللہ تعالیٰ والدین کے سامنے اُف بھی نہ کرنے کا حکم دیتے ہیں۔ صبر سے کام لیجئے، یقین جانیے صبر کا پھل میٹھا ہوتا ہے۔ آخر آپ پر حق سمجھ کر ہی سختی کی جاتی ہے۔ ایک بات اور بھی ہے آدمی اپنا قصور اکثر تسلیم نہیں کرتا، دوسروں ہی کو قصوروار ٹھہراتا ہے۔ اپنے آپ کا جائزہ لے کر دیکھیے کہ آپ کے والد کس کس بات پر خفا ہوتے ہیں۔ اس کے علاوہ دلجوئی کے ذریعے سے بھی ان کی محبت حاصل کیجئے۔ جب آپ کسی شخص سے، جو غصے کی حالت میں ہے، مارنے کا سبب پوچھیں گے، تو اس کا اور مشتعل ہونا لازمی امر ہے۔ آپ کے والد جب اچھے موڈ میں ہوں تو ان سے رفتہ رفتہ دریافت کیجئے کہ وہ کس قسم کی باتیں پسند کرتے ہیں اور کس قسم کی ناپسند۔ آپ نہ خودکشی کا ارادہ دل میں لائیں اور نہ گھر سے باہر نکل جانے کا ارادہ کریں۔ اس چھوٹی عمر میں ایسے خیالات کیونکر آتے ہیں۔ اپنی تعلیم میں خوب مصروف رہیں۔ یہ وقتی کیفیت ہے جو گزر جائے گی۔ اپنے والد کو خدمت کے ذریعے سے خوش کریں۔ انشاء اللہ سب کام ٹھیک ہو جائیں گے۔ والد آخر والد ہوتا ہے۔ حسنِ سلوک کا یقیناً ان پر اچھا اثر پڑے گا۔ لیکن اگر آپ نے اینٹ کا جواب پتھر سے دینا شروع کیا۔ تو اس سے معاملہ اور بھی بگڑ جائے گا۔

(بقیہ: گھریلو معالج بننے کے آسان گُر)

بعد میں زیرو سائز کیپسول بھر لیں۔ **مقدار خوراک:** ایک تا دو عدد کیپسول دن میں تین مرتبہ ہمراہ پانی یا کوئی مناسب قہوہ سے دیں۔ شدید تکلیف کی صورت میں دوا ہر دس منٹ کے بعد بھی دے سکتے ہیں۔ جب کنٹرول ہو جائے تو دوا کا وقفہ بڑھا دیں۔ ان شاء اللہ یقینی کامیابی ہوگی۔

معدے اور سانس کی نالیوں میں بلغم | چھینکیں اور کھانسی | کمزور یاداشت | گلا خراب اور بھاری ہے

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

معدے اور سانس کی نالیوں میں بلغم

مسئلہ یہ ہے کہ میرے معدے اور سانس کی نالیوں میں بلغم جمی ہے۔ تمام نالیاں اٹی پڑی ہیں اور حلق میں ریشہ گرتا ہے جس کی وجہ سے مسوڑھے بالکل گل گئے ہیں۔ براہ کرم مجھے ایسی دوا بتائیں کہ تمام بلغم وغیرہ پاخانے کے راستے خارج ہو جائے اور میرا جسم زکام بلغم سے چھٹکارا حاصل کرلے آپ کا بہت شکر گزار رہوں گا۔ (جنید۔ کراچی)

جواب: آپ یہ نسخہ مستقل 2 ماہ استعمال کریں۔ بلغم کو نکالنے، ریشہ ختم کرنے اور پھر نہ بننے میں یہ نسخہ بہترین چیز ہے۔ ملٹھی 100 گرام، سونف 100 گرام، ہلدی 100 گرام، ریوند چینی 100 گرام کوٹ پیس کر سفوف بنائیں۔ نصف چمچ دن میں 3 بار یا 4 بار پانی کے ہمراہ استعمال کریں۔ کھٹی، ٹھنڈی اور بادی چیزوں سے پرہیز کریں۔ غذا نمبر 1 اور 3 استعمال کریں۔

پیٹ میں مروڑ

سوال: میرے بچے کو مستقل تکلیف رہتی ہے۔ رہ رہ کر بچے کے پیٹ میں اینٹھن اور مروڑ اٹھتی ہے۔ بعض اوقات قے شروع ہو جاتی ہے اور بعض اوقات دست اور پاخانے شروع ہو جاتے ہیں۔ اسی دوران ایک دفعہ دورے پڑنا شروع ہو گئے تھے۔ جس میں مستقل جھٹکے اور ہاتھ پاؤں ٹیڑھے ہو جاتے تھے۔ بچوں کے ڈاکٹروں کو دکھایا۔ انہوں نے بے شمار ادویات اور سیرپ وغیرہ دیئے، لیکن فائدہ نہیں ہوا۔ لہٰذا آپ سے سوال ہے کہ اس کا مستقل علاج بتائیں۔ چاہے قیمتی ہو لیکن بچے کو اللہ تعالیٰ شفا عطا فرمادے۔ (وفا، گجرات)

جواب: بہن! آپ سب سے پہلے پانی کی طرف توجہ کریں۔ بچے روزمرہ میں جو پانی پیتے ہیں کیا وہ پانی صاف ہے یا آلودہ ہے۔ بچوں کے امراض میں سب سے زیادہ جو چیز اثر کرتی ہے۔ وہ پانی ہی ہے اور تجربے کی بات ہے کہ جب بھی بچوں کو پانی ابال کر پلایا گیا تو بچے بالکل صحت یاب ہو گئے۔ دوسرا پودینہ خشک اور بڑی الائچی کا پانی ابال کر بچوں کو پلائیں۔ اس میں پودینہ 9 گرام اور بڑی الائچی 3 عدد ہوں۔ بڑی الائچی کو ہلکا کوٹ کر ابالیں اور پھر اس کا پانی پلائیں۔ ایک چوتھائی گلاس دن میں 5 سے آٹھ بار۔ ان شاءاللہ نسخہ سے مریض تندرست ہو جائیں گے۔ مزید ایک نسخہ جو واقعی ایک سینے کا راز ہے قارئین کی نذر کرتا ہوں۔ بچوں کے جملہ امراض کے لیے واقعی اکسیر ہے۔ بلا تکلف استعمال فرمائیں۔

زیرہ سفید 10 گرام، سونف 20 گرام، دانہ الائچی خورد 3 گرام، مصری 10 گرام، تمام کو لیکر باریک بلکہ بالکل باریک کر کے سفوف کرلیں تاکہ بچہ کے منہ میں گھل جائے۔ مقدار خوراک 2 رتی یعنی چٹکی بھر منہ میں ڈالیں۔ دن میں 3 یا 5 بار۔ قارئین! یہ دوائی بچوں کے امراض کے لیے نہایت مفید ہے۔ توجہ سے استعمال کریں۔ 5 اور 6 نمبر غذا دیں۔

چھینکیں اور کھانسی

سوال: میں نزلے کا دائمی مریض ہوں۔ رات کو سوتے ہوئے ناک بند ہو جاتی ہے اور اس کی وجہ سے نیند فوراً کھل جاتی ہے۔ ناک بند ہو جانے کی وجہ سے گھر والوں کی نیند بھی خراب ہوتی ہے۔ ایک دفعہ تو اس کی وجہ سے ایک عجیب واقع ہوا۔ میں اپنے کسی دوست کے ہاں مہمان تھا۔ کیونکہ رات بھی وہیں گزری تھی اور سوتے ہی زور و شور سے خراٹوں کا سلسلہ جاری ہو گیا۔ اس نے بوتل کے اسٹرا میں سرخ مرچ بھر کے سوتے ہوئے میرے ناک میں ڈال دی۔ میری ایک دم آنکھ کھل گئی۔ مجھے چھینکیں اور کھانسی شروع ہو گئی اور گھر بھر میں رات کو ایک عجیب ڈرامہ شروع ہو گیا۔ (محمد موسیٰ، حیدر آباد)

جواب: محترم لگتا یہ ہے کہ آپ غذائی بدپرہیزی کا شکار ہیں۔ بادی، کھٹی اور ٹھنڈی غذائیں آپ کے لیے یقیناً نقصان دہ ہیں۔ آپ کم از کم تین ماہ مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کریں۔

ھوالشافی: اطریفل اسطخدوس: ایک چمچ چائے والا اور کلونجی پوڈر: ایک چوتھائی چمچ دونوں آپس میں ملا کر کھالیں یا ایک کپ گرم پانی میں گھول کر پی لیں۔ اسے صبح اور شام اگر مرض زیادہ ہو تو دن میں تین بار بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ انجیر سات عدد صبح استعمال کریں اور یہ بھی کم از کم تین ماہ استعمال کریں اور پرہیز کی سختی سے پابندی کریں۔ 2 اور 4 نمبر غذا استعمال کریں۔

گلا خراب اور بھاری ہے

سوال: عرصہ ساڑھے چار سال سے میرا گلا بھاری ہو گیا ہے۔ میں ایک سکول میں ٹیچر ہوں۔ کلاس بڑی ہوتی ہے۔ اس لیے بلند آواز میں پڑھاتا ہوں۔ اگر تھوڑی دیر بھی آواز اونچی کروں تو آواز فوراً پھٹ جاتی ہے اور گلا بیٹھ جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے تعلیمی تسلسل میں رکاوٹ پیدا ہو جاتی ہے۔ چونکہ یہ میرا پرائیویٹ سکول ہے اور تعلیمی معیار برقرار رکھنا ہے۔ اس لیے گلے کی آواز میں اصلاح ضروری ہے۔ اس سے پہلے بھی میں ایک سکول میں پڑھاتا تھا لیکن اسی مسئلے کی وجہ سے سکول میں پڑھانا ختم ہو گیا۔ یہاں تک کہ میری نوکری جاتی رہی۔ گھر کے اخراجات کا یہی واحد سہارا ہے۔ مہربانی کر کے کوئی ایسی دوائی بتایئے جو کم قیمت ہو لیکن بہت زیادہ فائدے مند ہو کیونکہ میں ڈاکٹری، ہومیو پیتھک اور دیسی ادویات بہت زیادہ کھا چکا ہوں اور ادویات سے تنگ آ گیا ہوں۔ پرانے لوگوں نے چند ٹوٹکے بتائے ہیں وہ بھی میں نے کئے ہیں۔ (محسن فاروق، جھنگ)

جواب: محترم آپ سب سے پہلے تو تیز خوشبو سے بچئے۔ خاص طور پر وہ خوشبو جو گلے کو لگے۔ مٹی اور گرد و غبار سے بچئے۔ کھٹی، ٹھنڈی، بادی مثلاً آلو، چاول، بھنڈی، ماش اور بڑے گوشت سے پرہیز کریں اور شربت توت تین چمچے دن میں تین بار کھانے سے پہلے استعمال کریں اور اس کے علاوہ اس سے

گھریلو خوشیاں:۔ **یَا لَطِیْفُ یَا وَدُوْدُ** کا مستقل ورد گھریلو خوشی الفت اور محبت کا آخری علاج ہے جو چاہے آزمالے۔

پہلے والے مشورے میں کلونجی والا مذکورہ بالا نسخہ آپ بھی استعمال کریں۔کم از کم دو ماہ یہ نسخہ استعمال کریں۔2 اور 4 نمبر غذا لیں۔

کمزور یادداشت

سوال: پچھلے سے پچھلے سال امتحانات کی تیاری کے دوران دن رات پڑھتا رہا۔سونا، کھانا، آرام بہت کم ملا۔اسی دن سے یعنی امتحانات کے بعد مجھے الرجی شروع ہوگئی۔صبح اٹھتے ہی چھینکوں کا طوفان شروع ہو جاتا ہے۔یہاں تک کہ چھینکتے چھینکتے سر خالی ہوگیا۔آنکھیں اندر کو چلی گئی ہیں۔صحت کمزور ہوگئی ہے۔یادداشت کمزور ہوگئی ہے۔ہر بات بھول جاتی ہے۔نماز بھی صحیح طور پر نہیں پڑھی جاتی۔اکثر رکعتیں بھول جاتی ہیں۔گھر میں کوئی صندوق یا سیف وغیرہ ایک دم کھولیں تو بھی چھینکیں شروع ہو جاتی ہیں۔موسم تبدیل ہو یا غذا تبدیل ہو یہاں تک کہ سردی سے گرمی میں نکلنا ہو یا گرمی سے سردی کی طرف نکلنا ہو تو چھینکیں شروع ہو جاتی ہیں۔لہٰذا مہربانی کریں۔ (جاوید خان، لاہور)

جواب: محترم آپ کا کیس بھی مذکورہ بالا دونوں کیسوں سے ملتا جلتا ہے۔دراصل آپ کے مرض کی اصل وجہ دماغی کمزوری اور ٹینشن کی زیادتی ہے۔اس کی وجہ سے دماغ کمزور ہوگیا ہے اور کمزور دماغ کی وجہ سے یہ تمام مسئلہ ہے۔لہٰذا آپ خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا لیں اور ایک چمچ چائے والا دن میں تین بار استعمال کریں۔یاد رہے خمیرہ کسی اچھے دیانتدار طبیب کا بنا ہوا ہو اور اس کے ساتھ ساتھ اطریفل اسطخدوس ایک چمچ چائے والا اور کلونجی پاؤڈر ایک چوتھائی چمچ استعمال کریں۔غذا میں کھٹی چیزیں، اچار وغیرہ سے پرہیز کریں۔

ایک حیرت انگیز ٹوٹکہ جو بظاہر آپ کیلئے عام سا ہوگا۔لیکن الرجی کے مریضوں کے لیے یہ ایک خدائی عطیہ ہے۔سرسوں کا تیل روزانہ صبح اور شام چند قطرے ناف میں، ناک کے نتھنوں میں اور مقعد کے اندر اور باہر لگائیں۔میرے پاس بے شمار ایسے مریض آئے جو پرانی کھانسی یہاں تک کہ بچوں کی کالی کھانسی، پرانی الرجی، دمہ اور دماغی کمزوری میں مبتلا تھے۔جب ان کو یہ تیل لگانے والا نسخہ بتایا گیا۔انہیں یقینی فائدہ ہوا۔ایک مریض نے اپنا تجربہ بیان کیا کہ وہ تیل 28 سال سے لگا رہا ہے۔اسے آج تک نزلہ، زکام، کیرا، کانوں کی، آنکھوں کی اور دماغ کی خشکی بالکل نہیں ہوتی۔کہنے لگا مجھے آج تک دماغی کمزوری، یادداشت کی کمی کبھی نہیں ہوئی۔ایک مریض آیا عرصہ دراز سے پرانی کھانسی میں مبتلا تھا۔میں نے بھی اسے ادویات دیں اور وہ بے شمار معالجین سے علاج معالجہ کروا چکا تھا لیکن فائدہ نہیں ہوا۔کھانسی وقتی طور پر کم ہو جاتی لیکن پھر اس کا ایک دم دورہ پڑتا تھا۔اس سے مریض نڈھال ہو جاتا۔میں نے اسے مذکورہ تیل لگانے کا عمل بتایا۔چند ہفتے یہ عمل ہوا ہی تھا کہ مریض نے شفایابی کی نوید دی۔ایسی عورتیں جو بچوں کی تعلیمی ترقی میں غیر مطمئن ہیں انہیں چاہئے کہ وہ بچوں کو شروع سے ہی یہ تیل والا عمل شروع کروا دیں۔حیرت انگیز فائدہ ہوتا ہے۔بلکہ ایسے مریض جو بے خوابی، نیند کی کمی کی اکثر شکایت کرتے ہیں انہیں جب یہ تیل والا عمل بتا یا گیا تو بہت فائدہ ہوا۔غذا نمبر 2 اور 3 استعمال کریں۔

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1	غذا نمبر 2
مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ، آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس	انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑہی، بیسن کی روٹی، دار چینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقیٰ)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ
غذا نمبر 3	**غذا نمبر 4**
بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیز پات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔	دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ
غذا نمبر 5	**غذا نمبر 6**
کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ	کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، ایلچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔
غذا نمبر 7	**غذا نمبر 8**
اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگوگوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکرقندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب	آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، اناس، رس بھری

بچوں کا صفحہ

بابرکت ہستی کا معجزہ

نبی کریم ﷺ نے کھجور یا گوشت خریدنے کے ارادے سے ام معبد سے پوچھا: ''کوئی چیز کھانے کے لیے ہے؟'' یہ قحط کا زمانہ تھا۔ بڑے افسوس کے ساتھ ام معبدؓ نے جواب دیا: ''واللہ! اگر ہمارے پاس کچھ ہوتا تو ہم آپ ﷺ کی مہمان داری ضرور کرتے۔''

شیطان کی پکار (رابعہ ذوالفقار۔ فیصل آباد)

حضرت ابوامامہؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا جب ابلیس زمین پر آنے لگا تو اس نے اللہ تعالیٰ سے عرض کیا اے پروردگار! تو مجھے زمین پر بھیج رہا ہے اور راندۂ درگاہ کر رہا ہے، میرے لیے کوئی گھر بھی بنا دے۔ اللہ تعالیٰ نے فرمایا تیرا گھر حمام ہے۔ اس نے عرض کیا میرے لیے کوئی بیٹھک بھی بنا دے۔ فرمایا بازار اور راستے تیری بیٹھک ہیں۔ عرض کیا میرے لیے کھانا بھی مقرر فرما دے۔ فرمایا تیرا کھانا ہر وہ چیز ہے جس پر اللہ تعالیٰ کا نام نہ لیا جائے۔ عرض کیا میرے پینے کے لیے بھی کوئی چیز مقرر کر دیجئے۔ فرمایا ہر نشہ آور چیز تیرا مشروب ہے۔ عرض کیا مجھے اپنی طرف بلانے کا کوئی ذریعہ بھی عنایت فرما دے۔ فرمایا باجے، ساز، تیری منادی ہیں۔ عرض کیا کچھ لکھنے کے لیے دیدے۔ فرمایا جسم میں گودنا، تیری لکھائی ہے، عرض کیا میرے لیے کوئی کلام بھی مقرر فرما دے۔ فرمایا جھوٹ تیرا کلام ہے۔ عرض کیا میرے لیے جال بھی بنا دے فرمایا عورتیں تیرا جال ہیں۔

ہمارا روشن کردار (سعید الرحمٰن سعید، صوابی)

قرطبہ میں ایک عرب اپنے باغ کی سیر کر رہا تھا، اچانک ایک ہسپانوی دوڑتا ہوا اس کے پاس آیا اور اس کے پاؤں پر گر کر درخواست کی کہ مجھے اپنے ہاں پناہ دے دو۔ پکڑنے والے میرے پیچھے آ رہے ہیں کیونکہ میں نے ایک نوجوان عرب کو تلوار سے موت کے گھاٹ اتار دیا ہے۔ وہ شخص اس کی حالت زار پر رحم کھا کر اسے اپنے ہاں پناہ دینے پر آمادہ ہو گیا اور اسے اپنے گھر لے جا کر ایک کمرے میں بند کر دیا تاکہ اگر ضرورت پڑے تو اسے رات کے وقت بھاگنے کا موقع بھی مل جائے۔ تھوڑی دیر کے بعد لوگ اس کے اکلوتے بیٹے کی لاش لے آئے۔ عربی شخص نے پوچھا اس کو کس نے قتل کیا ہے۔ انہوں نے قاتل کا حلیہ بتایا تو عربی نے حلیہ سن کر جھٹ معلوم کر لیا کہ وہ وہی ہسپانوی، جس کو اس نے پناہ دی ہے، اس کے اکلوتے بیٹے کا قاتل ہے۔ لیکن اس نے اپنے جذبات کو دبائے رکھا۔ اس نے آدھی رات کے وقت مکان کا دروازہ کھولا اور اسے باہر نکال کر کہا ''اے ہسپانوی! جس کو تو نے قتل کیا ہے، وہ میری آنکھوں اور دل کا سرور تھا، تیرا جرم بڑا سنگین ہے تو سخت سزا کا مستحق ہے لیکن میں نے تجھے پناہ دینے کا وعدہ کیا ہے۔ اس نے ایک نہایت تیز رفتار گھوڑا اسے دے کر کہا کہ ابھی رات کی تاریکی میں بھاگ جاؤ۔ ممکن ہے صبح میرے کسی رشتے دار کو پتہ چل جائے اور وہ تمہیں تکلیف پہنچائے۔

بابرکت ہستی (عبداللہ)

دوپہر ہو چکی تھی۔ اُم معبدؓ اپنے خیمے کے آگے سائے میں چادر اوڑھے بیٹھی تھیں۔ وہ بڑی بہادر اور توانا عورت تھیں۔ انہیں صحرا میں اس طرح اکیلے ڈر نہیں لگتا تھا۔

سامنے سے ایک چھوٹا سا قافلہ آتا دکھائی دیا۔ اللہ کے رسول ﷺ، اپنے دوست اور ساتھی حضرت ابوبکر صدیقؓ کے ساتھ اونٹ پر سوار تھے، ان کے ساتھ عامرؓ بن فہیرہ بھی تھے۔ یہ مبارک قافلہ مکے سے ہجرت کر کے مدینے جا رہا تھا۔ خیمے کے پاس پہنچ کر نبی کریم ﷺ ٹھہر گئے۔

چونکہ زادِ راہ ختم ہو چکا تھا اور نبی کریم ﷺ اور آپ ﷺ کے ساتھی بھوکے تھے، اس لیے نبی کریم ﷺ نے کھجور یا گوشت خریدنے کے ارادے سے ام معبد سے پوچھا: ''کوئی چیز کھانے کے لیے ہے؟'' یہ قحط کا زمانہ تھا اور ام معبد کے پاس کھانے کو کچھ نہ تھا۔ بڑے افسوس کے ساتھ جواب دیا: ''واللہ! اگر ہمارے پاس کچھ ہوتا تو ہم آپ کی مہمان داری کرتے۔'' رسول اللہ ﷺ کی نظر ایک بکری پڑی جو خیمے کے ساتھ بندھی ہوئی تھی۔ نبی کریم ﷺ نے فرمایا: ''ام معبدؓ یہ بکری کیسی ہے؟'' انہوں نے جواب دیا: ''یہ بکری بہت کمزور ہے۔ دوسری بکریوں کے ساتھ چل نہیں سکتی، اس لئے دوسری بکریاں چرنے چلی گئی ہیں اور یہ یہاں رہ گئی ہے۔'' نبی کریم ﷺ نے پوچھا: ''اس کا کچھ دودھ بھی ہے؟'' ام معبدؓ نے جواب دیا: ''اس کے لیے دودھ دینا، جنگل میں چرنے کے لیے جانے سے بھی مشکل ہے۔'' رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: ''تمہاری اجازت ہو تو میں اس کا دودھ دوہ لوں؟'' ام معبدؓ بولیں: ''میرے ماں باپ آپ ﷺ پر فدا ہوں! اگر اس کا دودھ ہو تو ضرور دوہ لیجئے۔''

نبی کریم ﷺ نے بسم اللہ کہہ کر بکری کے تھن پر ہاتھ پھیرا اور فرمایا: ''اے اللہ! ام معبدؓ کی بکری میں برکت دے۔'' اس بکری نے ٹانگیں پھیلا دیں اور اس کے تھنوں میں دودھ بھر گیا۔ نبی کریم ﷺ نے ام معبدؓ سے فرمایا: ''دودھ والا برتن دے دو۔'' ''ام معبدؓ نے وہ برتن سامنے رکھ دیا۔ نبی کریم ﷺ نے دودھ دوہا۔ دودھ تھا کہ چلا آتا تھا، یہاں تک کہ برتن منہ تک بھر گیا اور جھاگ اوپر تیرنے لگی۔ حضور ﷺ نے وہ برتن اُم معبدؓ کو دیا اور فرمایا: ''ام معبدؓ! ...... پیو'' اُم معبدؓ نے خوب پیٹ بھر کر دودھ پیا۔ جب وہ سیر ہو گئیں تو نبی کریم ﷺ نے حضرت ابوبکرؓ کو دیا، پھر وہ پی چکے تو حضرت عامرؓ سے ارشاد ہوا کہ پئیں۔ انہوں نے عرض کیا: ''یا رسول اللہ ﷺ! پہلے آپ پئیں!'' نبی کریم ﷺ نے فرمایا: ''نہیں ...... پلانے والے کو سب سے آخر میں پینا چاہیے۔'' جب وہ بھی پی چکے تو نبی کریم ﷺ نے سب سے آخر میں خود دودھ پیا۔ آپ ﷺ نے وہ برتن دوبارہ اُم معبدؓ کو دیا اور پھر اپنے صحابہؓ کو۔ سب نے باری باری دودھ پیا۔ پھر رسول اللہ ﷺ نے اسی برتن میں دوبارہ دودھ دوہا اور دودھ سے بھرا برتن اُم معبدؓ کو دیتے ہوئے فرمایا: ''ام معبدؓ! یہ رکھو، تمہاری ضرورت پوری کرے گا۔'' اس کے بعد نبی کریم ﷺ نے کچھ دیر اُم معبدؓ کے خیمے میں آرام فرمایا اور پھر آگے سفر پر روانہ ہو گئے۔ کچھ ہی دیر گزری ہو گی کہ اُم معبدؓ کے شوہر ابو معبدؓ اپنی بکریاں ہنکاتے ہوئے جنگل سے واپس آ گئے۔ ان بکریوں کی ایسی حالت تھی کہ کمزوری کی وجہ سے کھال ہڈی سے لگی ہوئی تھی اور چلنا تک دوبھر تھا۔ انہوں نے برتن میں جو دودھ بھرا دیکھا، تو سخت تعجب ہوا ...... پوچھا: ''یہ دودھ کہاں سے آیا؟ بکریاں تو چرنے گئی ہوئی تھیں اور گھر میں کوئی دودھ دینے والی بکری نہیں تھی۔'' اُم معبدؓ نے جواب دیا: ''واللہ! یہ ایک بڑی ہی بابرکت ہستی کے یہاں قدم رکھنے سے ہوا ہے۔'' ابو معبدؓ نے کہا: ''اے ام معبدؓ! ذرا مجھے ان کا حلیہ بتاؤ۔'' ام معبدؓ بولیں: ''وہ ایک بڑے پاکیزہ انسان تھے۔ ان کا چہرہ نورانی اور اخلاق اچھے تھے۔ وہ بہت خوبصورت تھے۔ وہ جب بولتے تھے تو ایسا لگتا تھا، جیسے موتی گر رہے ہوں۔ جب خاموش ہوتے تھے تو ان پر وقار چھا جاتا تھا۔ ان کی زبان میٹھی اور باتیں سچی تھیں۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کے لیے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ، تجربہ کوئی فارمولہ آپ ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں گے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

جنوری 2009 کے جوابات:

☆ بہن مہوش گھبرانے کی ضرورت نہیں ہے، مجھے بھی یہی مرض لاحق تھا میں نے عبقری کا پوشیدہ کورس خود استعمال کیا۔ واقعی لاجواب چیز ہے۔ شرط یہ ہے کہ باقاعدگی سے مسلسل چند ماہ اس کو استعمال کریں۔ ان شاء اللہ ضرور شفا ہوگی۔ (نزہت، اسلام آباد)

☆ محترمہ آپ اپنی بیٹی کو مربہ ہریڑ اور مربہ آملہ دو دو دانے رات کو سوتے وقت کھلائیں۔ ان شاء اللہ بہت زیادہ افاقہ ہوگا۔ (محمد آصف شیخ، خانیوال)

☆ زینب بی بی صاحبہ آپ اپنی والدہ کو حب کبد نوشادری اور جوارش کمونی کچھ عرصہ ترکیب کے مطابق ہر کھانے کے بعد استعمال کرائیں۔ فائدہ ہوگا۔ (حکیم راشد حسین، لاہور)

☆ بھائی نیاز صاحب میری بھابھی کو بھی یہی تکلیف تھی انہوں نے موم دیسی شہد کا اس پر مسلسل لیپ کیا کچھ عرصے کے بعد جلد برابر ہوگئی۔ (عبدالودود قریشی۔ سرگودھا)

☆ نظر کے لیے زرشک شیریں ایک چمچ صبح و شام کھانے کے بعد 3 ماہ استعمال کریں اتنے لوگوں کو فائدہ ہوا کہ گمان نہیں۔ (ثاقب ہاشمی، لاہور)

☆ سونف اور دھنیہ آدھا آدھا چمچ منہ میں رکھ کر چبائیں، ایسا دن میں 5 بار کریں۔ چند ہفتے میں فرق واضح ہوگا۔ (بیگم اللہ یار، ٹنڈو آدم)

☆ آپ چھوٹی مکھی کا شہد خالص ایک ایک سلائی آنکھوں میں صرف سوتے وقت لگائیں۔ 10 منٹ کے بعد سادہ سرمہ آنکھوں میں ضرور لگائیں پھر سو جائیں۔

☆ آپ عبقری سے اکسیر البدن منگوا کر چند ماہ استعمال کریں، میں نے خود بھی اکسیر البدن کو استعمال کیا اور بہت مفید پایا۔ امید ہے کہ یہ آپ کے لیے بہت مفید ثابت ہوگی۔ (سرفراز احمد، میلسی)

☆ آپ منہ کی بدبو کیلئے رات کو پودینے کے تھوڑے سے پتے لیں اور تھوڑی سی سونف لے کر 1½ کپ پانی میں جوش دیں۔ جب ایک کپ پانی رہ جائے تو ڈھانپ کر رکھ دیں اور صبح نہار منہ پی لیں۔ یہ نسخہ مستقل 2 ماہ تک استعمال کریں۔ انشاء اللہ بہت نفع ہوگا۔

فروری 2009 کے سوالات:

سوال:۔ دل ہر وقت پریشان رہتا ہے ڈوبتا ہے گھبراتا ہے بے چینی بہت ہے کوئی روحانی عمل بتائیں دوائیں بہت کھائیں ہیں۔ (بیگم غزالہ عروج پنڈی) ☆ بائیں بریسٹ میں گلٹی ہے جو کہ نہ درد کرتی ہے نہ سخت ہے لیکن ایک تشویش ہے کہ آخر یہ کیوں ہے بس ہر وقت سوچتی ہوں کوئی گھریلو خاتون ٹوٹکہ بتائے۔ (عاصمہ منظور سرگودھا) ☆ ہر آخری مہینے میں یعنی 20 تاریخ کے بعد ضرور بیمار ہوتا ہوں پڑھا لکھا ہوں وہم کو نہیں مانتا لیکن یہ حقیقت ہے کہ میں بیمار ضرور ہوتا ہوں پہلی تاریخ کے بعد بالکل تندرست ہو جاتا ہوں۔ (ڈاکٹر خالد محمود حیدرآباد) ☆ دل کی دنیا بدل جائے کالج کی لڑکی ہوں بس پہلے غلطیاں ہوئیں جب سے عبقری پڑھا دنیا بدل گئی ہے کوئی اللہ والا ایسا وظیفہ یا عمل بتائے کہ گناہوں سے نفرت ہو جائے۔ (افشاں کراچی) ☆ میاں غلط عورتوں سے ملتے ہیں حالانکہ خوبصورت ہوں کوئی رزق کی کمی نہیں خدمت بھی خوب کرتی ہوں۔ بچوں کو مارتے محبت نہ کرتے ہیں نہ دیتے ہیں ہر وقت دل اداس رہتا ہے۔ (عافیہ راحت امریکہ) ☆ رات کو کبھی بھی سکون سے نہیں سوئی۔ جھٹکے لگتے ہیں اور محسوس ہوتا ہے کہ کوئی مجھے آواز دے کر اٹھا رہا ہے باقاعدہ میرا نام لے کر کوئی آواز دیتا ہے پھر نیند نہیں آتی اور دماغ بوجھل ہوتا ہے کہیں جادو یا جنات تو نہیں۔ (عذرا خاتون کوئٹہ) ☆ میں عرصہ 17 سال سے مسقط میں ہوں لیکن بے روزگاری سے ہر وقت پریشان رہتا ہوں کبھی روزی لگ جاتی ہے کبھی تنگ بعض اوقات بل ادا کرنے کی رقم جیب میں نہیں ہوتی۔ (ناصر خالق سلالہ مسقط)

درود کی فضیلت

حضرت جبرائیلؑ نے فرمایا میں ایک لمحے میں ریت کے ذرے، درختوں کے پتے اور ستارے گن سکتا ہوں لیکن اس کی نیکیاں نہیں گن سکتا جو آپ ﷺ پر ایک مرتبہ درود بھیجے۔ (مراسلہ: حکیم اصغر سراج)

(بقیہ مصالحے صحت اور راحت کا سامان)

جاڑوں میں ناک، کان، حلق اور سینے پر جما ہوا بلغم چھٹ جاتا ہے۔ گھر میں صحت مند مرغی کے گوشت اور خالص مصالحوں کی آمیزش سے تیار کردہ سُوپ اُس بازاری سوپ سے گئی گناہ زیادہ مفید ثابت ہوسکتا ہے۔ ڈاکٹر زایمنٹ کے مطابق برطانیہ کی مرطوب آب و ہوا جاڑوں کے موسم میں بالخصوص نزلے کے جراثیم اس کیلئے پرورش گاہ بن جاتی ہے۔ اسے اینٹی بائیوٹک دواؤں سے خشک کرنے کی بجائے تھوڑی سے مرچ، ادرک یا لہسن وغیرہ استعمال کرکے دُور کرنا زیادہ درست اقدام ہے۔

ان گرم مصالحوں کا موثر جوہر جو پھیپھڑوں کو صاف کرتا ہے، کیپساسین (CAPSACIN) کہلاتا ہے۔ بنیادی طور پر اس جوہر کی کیمیائی ساخت گوآئی فینیلے سین (GUAIFENESIN) نامی دوا سے تعلق رکھتی ہے۔ جسے کھانسی کا بہترین علاج سمجھا جاتا ہے۔ یہ کھانسی کے اکثر شربتوں اور گولیوں میں شامل رہتی ہے۔

مصالحے اور استحالہ:۔ ڈاکٹر زایمنٹ سرد علاقوں کے کھانوں میں ان مصالحوں کو شامل کرنے کی سفارش کرتے ہیں۔ تاہم انہیں زیادہ مقدار میں نہیں استعمال کرنا چاہیے۔ ان کے مطابق یہ مصالحے چونکہ استحالے یا غذا کے جزو بدن بننے کے عمل کو بھی تیز کردیتے ہیں۔ اس لیے غذائی حرارے بھی تیزی سے جلتے ہیں۔ اس سلسلے میں اوکسفورڈ یونیورسٹی میں جو تجربات ہوئے اس سے بھی اس کی توثیق ہوگئی ہے۔ انہی محققین نے کھانے میں ۳ گرام مرچ کی چٹنی (ساس) اور ۳ گرام رائی کا سفوف شامل کردیا۔ اس کے استعمال سے جسم کی استحالے کی رفتار تین گھنٹوں کے بعد ۲۵ فی صد بڑھ گئی۔

مصالحے درد دُور کرتے ہیں:۔ ہماری بڑی بوڑھیاں سر یا جوڑ وغیرہ کے درد بلکہ چوٹ کے لیے دارچینی، لونگ، سونٹھ اور لہسن کا لیپ استعمال کرتی تھیں۔ پنسلونیا یونیورسٹی میں ہونے والی تحقیق کے مطابق مصالحے دار غذا کھانے کے بعد لوگ مطمئن اور آسودہ نظر آتے ہیں۔ انہیں آرام کا احساس ہوتا ہے۔ اس کی اصل وجہ یہ ہے کہ ان مصالحوں کی تیزی زبان میں جذب ہوکر دماغ کو اینڈو مارفین نامی کیمیا کی تیاری پر اکساتی ہے۔ یہ جوہر ہر قسم کے دردوں کا احساس دُور کرکے راحت و سُرور کی کیفیت پیدا کرتا ہے۔

ان انکشافات اور اعترافات سے مشرق کی دانش قدیم اور ہمارے اطبا کی دانائی اور حکمت کا بھی اعتراف ہوتا ہے۔

منی آڈر اور خط بھیجنے والے ضرور پڑھیں

اکثر منی آڈر پر پتہ مکمل اور وضاحت نہیں لکھی ہوتی کہ رقم کس مقصد کے لیے بھیجی گئی ہے اور پتہ بالکل پڑھا نہیں جاتا۔ اس لیے جوابی لفافے یا منی آرڈر پر پتہ نہایت واضح صاف، خوشخط اور اردو میں لکھیں، اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں۔ پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ اگر نہ بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں۔ قارئین کی سہولت کے لئے کتب، ادویات اور رسالہ VP یعنی فون یا خط پر ہم فوری طور پر بذریعہ ڈاک آپ کو مہیا کرتے ہیں۔ افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد، اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کردیتے ہیں۔

استغفار کی فضیلت: استغفار کی کثرت رزق کو وسیع، دل کو واسع اور آفات کو دور کرتی ہے۔ 11 سو بار پڑھنا 40 دن تک نہایت آزمودہ ہے

گھریلو معالج بننے کے آسان گُر

ڈاکٹر الفت حسین

کسی مریض کو درد قلب کا دورہ شروع ہو رہا ہو تو ایسی صورت میں فوری طور پر دس تولہ گرم پانی میں شہد دو تولہ حل کر کے تھوڑے تھوڑے وقفہ سے پلاتے رہیں۔ درد قلب رک جائے گا یا اجوائن دیسی ۴ گرام، پودینہ تازہ یا خشک ۴ گرام، انجیر ۲ عدد ابال کر شہد ملا کر پلا دیں۔

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں لیکن لکھیں ضرور (ادارہ)

درد گردہ: آپ گھر میں نہیں یا دوران سفر کسی شخص کو درد گردہ کا عارضہ ہو گیا ہو۔ درد گردہ دائیں طرف کا ہو یا بائیں طرف کا ہو۔ آپ بلا تخصیص اس آدمی کو تکلیف سے نجات دلانے کے لیے بڑی الائچی ۴ عدد کے دانے نکال کر نیم کوفتہ (کوٹ) کر کے ہمراہ پانی کھلا دیں۔ بس دوا کے اندر جانے کی دیر ہے بفضل خدا تین چار منٹ میں آرام ہو جاتا ہے۔

اگر یہ بھی موقع پر میسر نہ ہو تو پھر مٹی کا تیل ایک تولہ چائے میں ملا کر یا بغیر چائے کے پلا دیں۔ اگر مٹی کا تیل بھی میسر نہ ہو تو پھر پٹرول کو استعمال میں لا کر مستفید کرنے کی کوشش کریں۔ اگر آپ جنگل میں ہیں اور موقع پر کوئی دوا بھی ملنا دشوار ہو تو پھر ایسی صورت میں چوہا کی مینگن (بیٹھ) دو تین عدد نیم کوفتہ کر کے ہمراہ پانی کھلا دیں۔ آناً فاناً فائدہ ہوگا۔ ان شاء اللہ۔

اگر چوہا کی بیٹھ نہ مل رہی ہو تو پھر خرگوش کی دو عدد مینگن کھلا دیں۔ اس سے درد گردہ اور پیٹ درد بھی دور ہو جاتا ہے۔ اگر ان میں سے کوئی چیز بھی میسر نہ ہو رہی ہو پھر آپ درخت جال (جس کو پنجابی زبان میں وَن کہتے ہیں۔) یہ پودا دو قسم کا ہوتا ہے۔ ایک کڑوا قسم کا اور اس کے پتے نہایت کڑوے، کڑوی مولی جیسا ذائقہ ہوتا ہے جو کہ بہت چرچرے ہوتے ہیں۔ ڈیڑھ دو ماشہ کھلا دیں۔ یعنی مریض تازہ ہی چبا کر کھائے۔ ان کے استعمال سے درد گردہ، درد پیٹ دور ہو کر پیٹ کی ہوا بھی خارج ہو جاتی ہے۔ اگر با امر مجبوری ان میں سے کوئی چیز بھی نہ مل رہی ہو اور مریض درد گردہ یا پیٹ درد سے چیخ رہا ہو تو ایسی صورت میں آپ پہلے مریض کے دائیں ہاتھ کی گبی اپنے انگوٹھے اور شہادت کی انگلی سے پانچ منٹ تک دبائے رکھیں، اس کے بعد بائیں ہاتھ کی گبی کو پانچ منٹ تک دبائیں رکھیں درد غائب ہو جائے گا۔ ان شاء اللہ۔

گبی سے مراد ہاتھ کی شہادت والی انگلی اور انگوٹھا کے درمیان جو گول دائرہ سا بنتا ہے ان کو درمیان سے شہادت کی انگلی اور انگوٹھا کی مدد سے خوب دبائیں اس عمل سے مریض کو بعض دفعہ قے بھی آ جایا کرتی ہے۔ جس سے فاسد مادہ نکل کر درد سے نجات مل جاتی ہے۔

نوٹ: چوہا کی مینگن (بیٹھ) جلا کر بھی دے سکتے ہیں۔ اس طرح ناپاکی ختم ہو جاتی ہے اور شرعی لحاظ سے بھی قابل استعمال بن جاتی ہے۔

زکام کا لگ جانا: زکام اکثر کو موسم کی تبدیلی۔ اچانک گرم یا سرد ہوا کے لگنے یا کسی غذائی بے اعتدالی کی وجہ سے ہوا کرتا ہے۔ آپ چاہے گھر میں ہوں یا جنگل میں یا دوران سفر کہیں بھی جا رہے ہوں اگر اس دوران کسی کو زکام ہو جائے، ناک میں خراش ہونے سے چھینکیں بار بار تنگ کر رہی ہوں، ناک سے پتلا پانی فر فر بہہ رہا ہو، ساتھ درد کا عارضہ بھی ہو۔ ایسی صورت میں آپ پیاز کا تھوڑا سا پانی نکال کر ناک میں بطور نسوار استعمال کروائیں۔ اس سے ناک کی سوزش ختم ہو کر چھینک آنا بند ہو جاتی ہے اور مریض تندرست ہو جاتا ہے۔

ہیضہ کا ہونا: اگر کسی شخص کو اچانک ہیضہ کی شکایت لاحق ہو گئی ہو، قے، الٹی اور دست بکثرت آ رہے ہوں ایسی صورت میں آب پیاز چھ ماشہ جس میں نمک نصف ماشہ ملایا گیا ہو، پلا دیں، شدید تکلیف میں ہر دس منٹ کے بعد پلا دیں، جب کنٹرول ہو جائے تو دوا کا وقفہ بڑھا دیں۔ اگر مریض کا بدن ٹھنڈا ہو گیا ہو تو پھر سرخ مرچ کے بیج آدھا ماشہ تا ایک ماشہ تھوڑے تھوڑے وقفہ سے ہمراہ پانی دیں۔ اگر آپ گھر میں ہیں تو پھر ساتھ دار چینی ایک ماشہ، لونگ ۴ عدد، پتی چائے والی 4 گرام کا قہوہ تیار کر کے ضرور پلا دیں۔ مزید قے روکنے کے لیے کوئی بھی ترش چیز مثلاً لیموں یا لیموں کا اچار وغیرہ ضرور کھلا دیں۔

اچانک بے ہوش ہو جانا: اگر کوئی شخص کسی وجہ سے بے ہوش ہو گیا ہو تو ایسی صورت میں آپ نمک ایک ماشہ پانی ایک تولہ میں حل کر کے چھان کر دونوں نتھنوں میں دو تین قطرے ڈالیں۔ مریض بفضل تعالیٰ اٹھ کر بیٹھ جائے گا۔

درد قلب (انجائنا): اگر کسی مریض کو درد قلب کا دورہ شروع ہو رہا ہو تو ایسی صورت میں فوری طور پر دس تولہ گرم پانی میں شہد دو تولہ حل کر کے تھوڑے تھوڑے وقفہ سے پلاتے رہیں۔ درد قلب رک جائے گا۔

نمبر 2: اجوائن دیسی ۲ گرام، پودینہ تازہ یا خشک ۴ گرام، انجیر ۲ عدد ابال کر شہد ملا کر پلا دیں۔

نمبر 3: اجوائن دیسی دو گرام، زعفران ۲ رتی بطور قہوہ پلا دیں

اگر موقع پر کوئی چیز بھی میسر نہ ہو، جیسے آپ ہوائی جہاز پر سفر کر رہے ہوں تو درد قلب روکنے کے لیے درج ذیل حربہ استعمال کریں۔ ماتھا کی پیشانی کے نیچے جہاں سے ناک کی بناوٹ شروع ہوتی ہے اور دونوں طرف کی آنکھوں کے کونے ناک سے ملتے ہیں۔ دونوں طرف کے کونوں اور ناک کے درمیان جو خالی گیپ ہوتا ہے۔ اس مقام کو یعنی ناک کے دونوں طرف اپنے انگوٹھا اور شہادت کی انگلی سے زور کے ساتھ دبائے رکھیں۔ پانچ منٹ تک دبانے سے کنٹرول ہو جاتا ہے۔ اس کے بعد ناک کا ابتدائی حصہ جو پیشانی کے ساتھ ہوتا ہے اسے انگوٹھا سے پانچ منٹ تک دبائیں۔ مریض کا دورہ بفضل تعالیٰ دور ہوگا۔ اس کے بعد قانون اور اصول کے مطابق غذائی و دوائی علاج کریں۔

اپنڈیکس کا درد ہونا: اس کا بہترین علاج تو یہ ہے کہ پیٹ کی بھل صفائی کی جائے۔ اس مقصد کے لیے یہ نسخہ ہمیشہ تیار رکھیں۔ ملین نمبر ۴، چار تولہ، اکسیر نمبر ۵ دو تولہ، نمک ایک تولہ، مغز جمال گوٹا ایک تولہ، ریوند عصارہ ایک تولہ، جملہ ادویہ پیس کر زیرو سائز کے کیپسول بھرلیں۔ مقدار خوراک ایک عدد ہمراہ نیم گرم دودھ دیں۔ تقریباً گھنٹہ دو گھنٹہ تک تین چار اسہال آ کر سدے خارج ہو جاتے ہیں اور ہوا بھی خارج ہو جاتی ہے۔ اگر یہ دوا موقع پر موجود نہ ہو تو پھر پھٹکڑی سفید بریاں ایک ایک رتی ہر دس منٹ کے بعد دیئے جائیں، پانچ تا چھ خوراک کھلانے سے درد ختم ہو جاتا ہے۔ اس کے بعد اصولی علاج کریں۔ بوقت ضرورت جب شدید درد ہو رہا ہو تو آپ آرنیکا 200 ہومیو دوا کے چار چار قطرے پندرہ پندرہ منٹ کے بعد تین چار خوراک دینے سے درد رک جاتا ہے، ایسے مریض کو اجوائن دیسی، پودینہ، انجیر کا قہوہ دن میں تین مرتبہ آٹھ دس دن تک ضرور پلا دیں۔

نوٹ: اس درد کے خاتمہ کے لیے حب کزاز اور حب قوی باطینہ ایک ایک ملا کر کھلانے سے بھی بہت جلد آرام آ جاتا ہے۔ اس مقصد کے لیے یہ نسخہ بھی از حد مفید اور تیر بہدف ثابت ہوتا ہے۔ اجوائن دیسی دو سو گرام، مرچ سیاہ پچاس گرام، ست اجوائن دس گرام، ست پودینہ پانچ گرام، نمک سیاہ پچاس گرام۔

ترکیب تیاری: پہلے تینوں ادویہ پیس کر آخر پر دونوں ست ملا کر خوب کھرل کریں۔

(بقیہ صفحہ نمبر 19 پر)

خشک کھانسی اور گلے کی خشکی: رات کو سوتے وقت گرم دودھ میں دیسی گھی ڈال کر پینے سے خشکی کی کھانسی دور ہو جاتی ہے۔

رزق میں تنگدستی کے اسباب

حضورمکرم ﷺ نے حضرت عائشہؓ کوفرمایااچھی چیز کااحترام کیاکرو، روٹی جب کسی سے بھاگتی ہےتو لوٹ کرنہیں آتی ۔(اچھی چیز سے یہ بھی مراد ہے کہ اللہ کی دی ہوئی دوسری اشیاء کی بھی قدر کیا کرو، فالتو سفید کاغذ، کپڑے اور برتن وغیرہ وغیرہ)

(منیراحمدقریشی)

آج کل رزق کی ناقدری اور بے حرمتی امیر غریب سب کے گھروں میں عام ہے۔ نہ صرف شادی بیاہ میں بے دردی سے کھانا ضائع کیا جاتا ہے بلکہ کچن میں خواتین برتن دھوتے وقت سالن، چاول اور روٹی کے اجزاء کو پانی میں بہا کرنالی کی نظر کر دیتی ہیں ۔ یہ ہم سب کو بخوبی معلوم ہے۔ اے کاش ہماری نظر رزق کی تنگی کے اسباب پر بھی آجائے۔

حضرت عائشہ صدیقہؓ فرماتی ہیں تاجدارِعرب وعجم حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ گھر میں تشریف لائے اور ایک روٹی کا ٹکڑا زمین پر پڑا ہوا دیکھا آپ نے اس کو اٹھایا، صاف کیا اور کھالیا۔حضورمکرم ﷺ نے حضرت عائشہؓ کوفرمایا اچھی چیز کا احترام کیا کرو، روٹی جب کسی سے بھاگتی ہے تو لوٹ کرنہیں آتی۔(اچھی چیز سے یہ بھی مراد ہے کہ اللہ کی دی ہوئی دوسری اشیاء کی بھی قدر کیا کرو، فالتو سفید کاغذ، کپڑے اور برتن وغیرہ وغیرہ) جو چیز زائد معلوم ہو کسی حقدار کو دے دیا کرو۔

تنگدستی کے اسباب:۔

☆ کھانا کھاتے وقت ہاتھ نہ دھونا۔☆ اندھیرے میں یا دروازے پر بیٹھ کر کھانا ☆غسل کی حاجت اور کھانا کھالینا ☆سونے کی چارپائی یعنی بستر پر بغیر دسترخوان کے کھانا کھا لینا ☆ سالن تھالیوں اور برتنوں میں ڈالنے کے بعد دیر سے کھانا کھانا ☆ دانتوں سے روٹی کو کترنا ☆جس برتن میں کھایا اسی میں ہاتھوں کو دھونا ☆ بچے ہوئے کھانے کو کھلا چھوڑ دینا ☆ٹوٹے ہوئے چینی، پلاسٹک یا مٹی کے برتن استعمال کرنا۔ ☆بغیر دھوئے ہوئے برتن استعمال کرنا ☆ کھانے کے بعد خلال کرنے سے جو ذرات نکلیں ان کو نگلنا نہیں چاہیے۔

تنگی رزق کے اسباب میں بعض عادات بھی بڑی دخل انداز ہوتی ہے۔

☆ زیادہ سونا۔☆ ننگے بدن سونا ☆ کوڑے کرکٹ کو گھر میں ہی پڑا رہنے دینا ☆ رات کو گھر میں جھاڑو دینا ☆ گھر میں مکڑی کے جالے صاف نہ کرنا ☆ بہت صبح سویرے بازار کو جانا ☆ رات کو بہت دیر گئے گھر کو واپس آنا ☆ چہرہ کو اپنے لباس ہی سے پونچھنا ☆ٹوٹی ہوئی کنگھی استعمال کرنا ☆نماز میں سستی کرنا ☆ بہت زیادہ جھوٹ بولنا ☆ ماں باپ کے لیے دعا کرنے میں سستی کرنا ☆ عمامہ بیٹھ کر باندھنا ☆شلوار یا پاجامہ کھڑے کھڑے پہننا ☆ اپنی اولاد کو ستانا اور بددعائیں دینا۔ عموماً عورتیں اپنے بچوں کو پہلے بددعائیں دیتی ہیں پھر تنگدستی کے رونے روتی ہیں۔☆ اللہ کی نعمتوں کا شکر ادا نہ کرنا۔☆ گناہوں سے استغفار نہ کرنا۔

آنکھوں کی ہر قسم کی تکلیف کے لیے

حکیم محمد عبداللہ صاحب (جہانیاں والے) اپنی کتاب کنزالمجربات میں رقمطراز ہیں کہ یہ عمل خلیفہ شہاب الدین مرحوم کا ہے جو حضرت مولانا احمد علی لاہوری صاحب کے خلیفہ مجاز تھے۔ خلیفہ صاحب کو سو سال کی عمر میں بغیر عینک قرآن مجید کی پروف ریڈنگ کرتے ہوئے دیکھا گیا تھا۔وہ فرماتے تھے کہ میں نے چالیس سال نظر کا چشمہ لگایا ہے اور اب اترے ہوئے بھی چالیس سال ہو چکے ہیں۔ مجھے کسی بزرگ نے یہ وظیفہ بتایا تھا کہ فجر اور مغرب کے فرضوں کے بعد سات سات مرتبہ **(فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا بَصِيرًا)** پڑھیں۔ (پارہ نمبر 29 سورۃ الدھر آیت نمبر 2) اول و آخر ایک ایک بار درود شریف ابراہیمی پڑھ کر انگلیوں پر دم کر کے آنکھوں پر پھیر لیں۔ الحمدللہ آہستہ آہستہ عینک کا نمبر کم ہوتا جائیگا اور بالآخر عینک اتر جائے گی۔ اس آیت کو پڑھ کر اگر کانوں میں انگلیاں پھیریں تو کانوں کے جملہ امراض بھی دفع ہو جائیں گے۔ (محمد یوسف سلوترا۔شیخوپورہ)

شلجم سے فٹنس

شلجم کے اجزاء میں پروٹین، فاسفورس، کیلشیم اور وٹامن ایچ سی اور فولاد ہوتے ہیں۔ ہر مزاج والوں کیلئے موزوں سبزی ہے۔

عربی	لفت	فارسی	شلغم
سندھی	گوگڑوں	انگریزی	Turnip

یہ ایک عام سبزی ہے جو پکائی بھی جاتی ہے اور کچی حالت میں بھی کھائی جاتی ہے۔ اس کا اچار بھی ڈالا جاتا ہے۔ اسے سادہ حالت یا ہمراہ گوشت پکایا جاتا ہے۔ اس کا اچار بہت لذیذ ہوتا ہے۔ اس کے اجزاء میں پروٹین، فاسفورس، کیلشیم اور وٹامن ایچ، سی اور فولاد ہوتے ہیں۔ ہر مزاج والوں کیلئے موزوں سبزی ہے۔ سالن یا سلاد دونوں صورتوں میں استعمال کی جا سکتی ہے۔ اس کا مزاج گرم تر ہے۔ بغیر گوشت کے پکانا زیادہ مفید ہے۔ اس کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

(1) یہ قبض کشا ہے اور معدے سے ریاح کو خارج کرتا ہے۔(2) جسم کو طاقتور بناتا ہے اور بدن کی کمزوری کو دور کرتا ہے۔(3) جگر کو طاقت دیتا ہے اور جگر کی پتھری کو توڑتا ہے۔(4) خشک کھانسی کو بے حد مفید ہے۔(5) خون پیدا کرتا ہے اور مصفی خون بھی ہے۔ (6) شلجم کا استعمال بصارت کو مضبوط کرتا ہے۔ (7) بھوک بڑھاتا ہے۔(8) جلدی امراض میں اس کا کھانا مفید ہے۔ (9) درد معدہ والوں کو اس کا شوربہ پلانا انتہائی مفید ہے۔(10) ضعف جگر، گنٹھیا، ضعف مثانہ اور نقرس میں شلجم بے حد مفید ہے۔ اس کا مسلسل استعمال ان امراض سے نجات دلاتا ہے۔ یہ دوا اور غذا دونوں صورتوں میں استعمال ہوتا ہے۔ (11) شلجم کے بیج شلجم سے افعال میں زیادہ قوی ہیں۔ (12) شلجم کے بیج مقوی باہ، ہاضم اور مدر بول ہیں۔ (13) شلجم کھانے والوں کو کمر درد، درد گردہ اور پشت میں درد نہیں ہوتا۔(14) شلجم کا گرم مصالحہ اور سرکہ کے ہمراہ استعمال بہتر نتائج دیتا ہے۔

☆**احتیاط:** شلجم بلغم پیدا کرتا ہے۔ مگر نمک لگا کر کھانے سے یہ عارضہ نہیں ہوتا۔ دیگر کچا شلجم نفخ پیدا کرتا ہے لہٰذا اسے گرم مصالحے کے بغیر استعمال نہیں کرنا چاہیئے۔

جسمانی تکالیف اور امراض ٭ امتحان میں کامیابی ٭ شک کا پیدا ہونا ٭ قد چھوٹا ہے ٭ فضائیہ میں جانے کا شوق

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن و سنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

جسمانی تکالیف اور امراض

میں جسمانی تکالیف اور امراض میں مبتلا رہتی ہوں، پہلے مجھے بخار ہوا جو دو ماہ بعد جا کر ختم ہوا پھر دونوں ہاتھوں میں جلدی مرض ہو گیا۔ چار ماہ بعد جا کر بمشکل دور ہوا۔ اب ایک دوسرا جلدی مرض ظاہر ہو گیا ہے، جس کا علاج کرا رہی ہوں، میں نماز کی پابند ہوں اور یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ کا ورد میں نے شروع کیا ہے۔ مسلسل بیماری نے مجھے ذہنی طور پر پریشان کیا ہوا ہے اور طرح طرح کے خدشات ستاتے رہتے ہیں۔ (شازیہ، کراچی)

جواب: صبح و شام پانی پر چھیاسٹھ مرتبہ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ، یَااَللّٰہُ، یَارَحِیْمُ، یَامُرِیْدُ دم کر کے پی لیا کریں۔ فی الحال یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ کا ورد نہ کریں صرف مذکورہ وظیفے پر عمل کریں۔ کم از کم تین ماہ عمل کیا جائے انشاء اللہ ذہنی پریشانیوں اور امراض کی زیادتی سے اللہ تعالیٰ محفوظ فرمائیں گے۔

بیماری سے حفاظت

میرے بیٹے کو مرگی کی تکلیف ہے، جس کا بہت علاج کروایا مگر افاقہ نہیں ہوا۔ عام روٹین میں وہ ٹھیک رہتا ہے لیکن جب دورہ پڑتا ہے تو پھر طبیعت جلدی سنبھلتی نہیں۔ سارے گھر میں پریشانی ہے۔ (ریحانہ، راولپنڈی)

جواب: آپ باوضو حالت میں سات مرتبہ آیت الکرسی پڑھ کر نمک پر دم کریں اور اسے بیمار اس طریقہ سے استعمال کرے کہ ہر روز کھانے سے پہلے اور بعد میں سونے سے پہلے جاگنے کے بعد روزانہ چھ بار نمک چکھ لیا کرے۔ اگر مرض میں اضافہ دکھائی دے تو تب بھی نمک کا استعمال تین ماہ تک جاری رکھے اگر مریض اس پر عمل کرے تو اس مرض سے ہمیشہ جان چھوٹ جائے گی۔ (انشاء اللہ)

دین سے دوری

میرے والد دین کی طرف سے غافل ہیں، گھر والوں سے ان کا برتاؤ سخت ہوتا ہے اور غصے میں نازیبا الفاظ استعمال کرتے ہیں، باہر والوں سے بھی الجھ پڑتے ہیں۔ گھر کا خیال رکھتے ہیں اور اپنی بیٹیوں پر بھی پوری توجہ دیتے ہیں لیکن ان کی مذکورہ کمزوریوں نے خوبیوں کو ضائع کر دیا ہے۔ ہماری از حد خواہش ہے کہ وہ اپنے اوپر کنٹرول حاصل کر لیں اور اپنے فرائض پر توجہ دیں۔ (عمران، سرحد)

جواب: صبح سورج نکلنے سے پہلے کوئی فرد وضو کے پانی پر ایک بار یَاوَدُوْدُ دم کر کے پانی کو محفوظ کر لے اور کسی مناسب وقت پر والد کو پلا دیا کرے۔ اس عمل کو کئی ماہ تک جاری رکھیں اور اللہ تعالیٰ سے ہر نماز کے بعد والد صاحب کیلئے دعا کیا کریں۔

امتحان میں کامیابی

جماعت اول سے لیکر تھرڈ ایئر تک اچھی طالبہ رہی۔ آج سے دو سال قبل امتحان میں پوری محنت کی اور دل لگا کر پڑھا لیکن ذہن مضامین کو پوری طرح سمجھنے سے قاصر رہی۔ یہ معاملہ صرف ''قانون'' کے مضمون سے متعلق تھا جو کسی طرح ذہن میں محفوظ نہیں رہتا تھا، باقی مضامین سمجھ لیتی تھی۔ اس صورت حال نے ذہن پر شدید پریشانی اور الجھن طاری کر دی۔ تھوڑا بہت جو سمجھتی وہ بھی ذہن سے نکل جاتا تھا۔ نتیجہ یہ نکلا کہ سالانہ امتحان میں دو پرچوں میں ناکام ہو گئی۔ میرا دل اچاٹ ہو گیا اور قانون کی کتاب دیکھنے کے بعد تو شدید الجھن پیدا ہونے لگی۔ میں نے دوبارہ امتحان دیا لیکن ناکام ہوئی۔ اب کچھ عرصہ بعد تیسری بار امتحان دینے والی ہوں اور چاہتی ہوں کہ ہر حال میں امتحان پاس کر لوں۔ ذہنی صلاحیت میں اضافے اور امتحان میں کامیابی کیلئے کسی اسم یا وظیفے کی طالب ہوں۔ (نوشین، مردان)

جواب: خط کے مندرجات ظاہر کرتے ہیں کہ قانون کا مضمون آپ کے مزاج اور استعداد سے مطابقت نہیں رکھتا۔ اگر یہ بات درست ہے تو آپ کو چاہیے کہ مضمون تبدیل کر لیں۔ زبردستی کرنا بہتر نہیں ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ روزانہ نماز عشاء کے بعد اَلْمَلِکُ الْقُدُّوْسُ ایک سو ایک بار پڑھ کر دعا کیا کریں۔ رات کو سونے سے پہلے وضو کر کے بیٹھ جائیں اور تصور کریں کہ آپ عرش الٰہی کے نیچے موجود ہیں۔ اس تصور کے ساتھ ہی دل ہی دل میں اَلَآ اِنَّہٗ بِکُلِّ شَیْءٍ مُّحِیْطٌ (سورۃ حٰم السجدہ آیت نمبر 54) کا ورد اندازاً دس منٹ تک کریں۔ نماز فجر کے بعد ایک سو ایک بار یَارَحِیْمُ پڑھا کریں۔

ذہانت اور صلاحیتوں میں اضافہ

میں ذہنی پریشانی میں گرفتار ہوں۔ میں اپنی زندگی میں کوئی کامیابی حاصل کر کے نمایاں ہونا چاہتا ہوں لیکن مشکلات اور رکاوٹیں حائل ہیں۔ مجھے اعلیٰ تعلیم کے حصول کا بہت شوق ہے اور میں نے ماسٹرز بھی کیا ہوا ہے لیکن جب میری مطلوبہ پوزیشن نہیں آئی تو شدید ذہنی اذیت میں مبتلا ہو گیا۔ میں نے پھر ایک کورس میں دن رات محنت کی لیکن ناکامی کا سامنا کرنا پڑا۔ اب سوچ سوچ کر ہلکان ہو گیا ہوں۔ آنکھوں سے اکثر آنسو بہنے لگتے ہیں۔ میں صرف کامیابی حاصل کرنا چاہتا ہوں، کوئی ایسا عمل بتائیں کہ میری ذہانت اور ذہنی قوتوں میں اضافہ ہو جائے تاکہ میں تعلیم کے میدان میں کامیابی حاصل کر کے مایوسی سے نجات حاصل کر لوں۔ (سلیمان، نذیر)

جواب: ذہنی صلاحیت میں اضافے اور شعوری قوتوں کو متحرک کرنے کیلئے روزانہ نکلتے سورج کی روشنی کو دس منٹ دیکھتے ہوئے سات بار سورہ اخلاص کا ورد کر لیا کریں لیکن براہ راست سورج کو نہ دیکھیں اور نہ ہی تیز روشنی پر نظر جمائیں۔ نماز عشاء کے بعد اول و آخر درود شریف کے ساتھ ایک سو ایک بار اَلْمَلِکُ الْقُدُّوْسُ پڑھ کر کامیابی کی دعا کیا کریں۔

مسلسل بیمار

میری صحت ہمیشہ سے خراب رہی ہے، کوئی نہ کوئی مسئلہ درپیش رہتا ہے۔ اکثر سر درد رہتا ہے اور کبھی دورے کی تکلیف ہو جاتی ہے۔ کبھی ٹانگوں اور بازوؤں میں درد کی

لہر بے چین کر دیتی ہیں۔ سر درد شروع ہو جائے تو چوبیس گھنٹے رہتا ہے۔ بہت سی دوائیں استعمال کیں لیکن وقتی آرام کے سوا کچھ حاصل نہ ہوا۔ سر کے بال بھی کم ہوتے جا رہے ہیں۔ چہرے پر خصوصاً اور جسم پر عموماً تلوں کی کثرت ہو گئی ہے۔ کچھ اسی طرح کا مسئلہ بہن کے ساتھ بھی ہے۔ صحت اور تندرستی کیلئے کوئی مؤثر دعا یا اسم ورد کیلئے تجویز کر دیں۔ (یاسمین، مظفر گڑھ)

جواب: چکنائی، تیز نمک، گوشت کے استعمال میں زیادتی سے پرہیز کریں۔ صبح و شام پانی پر **یَا اَللّٰہُ، یَارَحِیْمُ، یَامُرِیْدُ یَابَدِیْعَ الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَابَدِیْعُ** چھیاسٹھ مرتبہ دم کر کے پیا کریں۔ صبح کے وقت نکلتے سورج کی ہلکی روشنی کو دیکھتے ہوئے ایک بار سورۂ فاتحہ پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ انشاء اللہ جلد طبیعت صحت کی طرف راغب ہو جائے گی۔

شک کا پیدا ہونا

میں نے پہلے خط لکھا تھا جس میں دو بڑے مسائل کی نشاندہی کی تھی۔ ایک یہ کہ میرے اندر شک بہت بڑھ گیا ہے خصوصاً شوہر پر شک زیادہ کرتی ہوں۔ دوسرا مسئلہ یہ تھا کہ میرے ہاں اولاد پیدا نہیں ہوئی۔ آپ نے بتایا تھا کہ رات کو سوتے وقت **اِنَّ اللّٰہَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ** کا ورد کیا جائے اور صبح کے وقت سورۂ الناس اور سورۂ فلق کھجور پر دم کر کے کھائیں۔ بفضل الٰہی شک اور وسوسوں کا بہت حد تک سد باب ہو گیا ہے لیکن اولاد کا مسئلہ ابھی باقی ہے۔ آپ مجھے **یَااَللّٰہُ یَارَحْمٰنُ یَارَحِیْمُ** روزانہ تین سو بار پڑھنے کی اجازت بھی دے دیں کہ آپ نے کسی کو ترقی اور معاشی فراخی کیلئے یہی اسماء پڑھنے کو دیئے تھے۔ تندرستی کیلئے **یَاسَلَامُ** بھی پڑھنا چاہتی ہوں۔ (شاہین، پشاور)

جواب: آپ **یَااَللّٰہُ یَارَحْمٰنُ یَارَحِیْمُ** کا ورد نماز فجر یا نماز عشاء کے بعد کر لیا کریں۔ دن میں کسی نماز کے بعد ایک سو بار **یَاسَلَامُ** پانی پر دم کر کے پی لیا کریں۔ اولاد کیلئے تشخیص اور علاج کے ساتھ نماز فجر کے بعد ایک ایک بار سورۂ مریم پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیا کریں اور اللہ تعالیٰ سے دعا کیا کریں۔

قد چھوٹا ہے

میری عمر اٹھارہ سال ہے لیکن قد چھوٹا ہے جس کی وجہ سے میں سخت پریشانی میں مبتلا ہوں۔ عنقریب میری شادی بھی ہونے والی ہے احساس کمتری بڑھتا جا رہا ہے۔ قد میں اضافے کیلئے کوئی وظیفہ بتائیے۔ (عبداللہ، حیدر آباد)

جواب: صبح و شام پانی پر اکتالیس بار **الٓرٰ تِلْکَ اٰیٰتُ الْکِتٰبِ الْمُبِیْنِ۔** (سورہ یوسف:1) **الرَّحِیْمُ الرَّحِیْمُ الرَّحِیْمُ یَااَللّٰہُ یَامُرِیْدُ** دم کر کے کم از کم چھ ماہ تک پئیں اور ذہن سے پریشانی نکال دیں۔ انشاء اللہ نتیجہ سامنے آ جائے گا۔ اللہ پر یقین رکھیں۔

مختلف قسم کے خیالات

میرے ساتھ ہمیشہ سے یہ معاملہ رہا ہے کہ میں جس کام کو شروع کرتا ہوں پہلے تو کامیابی کے آثار نظر آتے ہیں لیکن پھر ایسی رکاوٹیں پیش آتی ہیں اور ایسے حالات سامنے آتے ہیں کہ کام نامکمل رہ جاتا ہے یا ناکامی کا سامنا کرنا پڑتا ہے جس کام کے بارے میں زیادہ سوچوں، اسی میں ناکامی ہوتی ہے۔ میری والدہ کہتی ہیں کہ تم کام میں دلچسپی نہیں لیتے جبکہ میں ہر کام بڑی محنت سے اور وقت پر انجام دینے کی کوشش کرتا ہوں۔ علاوہ ازیں رات کو سونے کیلئے لیٹتا ہوں تو دو گھنٹے تک نیند نہیں آتی اور مختلف خیالات میں گھر جاتا ہوں۔ (محمد بلال علی، ملتان)

جواب: آپ کیلئے جملہ مسائل پر قابو پانے میں اسماء **یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ** کا ورد مناسب و مؤثر ثابت ہوگا۔ فارغ اوقات میں یا کام میں مشغول رہتے ہوئے بھی ان اسماء کو پڑھا کریں۔ کثرت سے پڑھنا ضروری ہے۔ انشاء اللہ جلد اثرات ظاہر ہوں گے۔ علاوہ ازیں رات کو سونے سے پہلے بستر پر بیٹھ کر گیارہ بار **یَااَللّٰہُ یَابَدِیْعُ یَاحَفِیْظُ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ اس طرح تین بار کیا جائے۔ بفضل خدا مزید فوائد حاصل ہوں گے۔ اس عمل کو کم از کم چالیس روز کیا جائے۔

نیک اور پختہ ارادہ

میرے خیالات نیک اور ارادے پختہ ہیں لیکن لوگ میری راہ میں رکاوٹ بنے ہوئے ہیں۔ میں ایک حساس لڑکی ہوں۔ لوگوں کی باتوں کا بہت اثر لیتی ہوں۔ یہ باتیں میرے ذہن میں گردش کرتی رہتی ہیں اور ذہنی اذیت کا باعث بنتی ہیں۔ میرے اندر بے چینی اور عدم تحفظ کا احساس پیدا ہو جاتا ہے۔ کسی بھی کام کو کرتے وقت لوگوں کا خیال آتا ہے کہ وہ کیا کہیں گے؟ میں چاہے کتنا ہی اچھا کام کروں لیکن میں سمجھتی ہوں کہ لوگ اس کو اچھا نہیں سمجھتے اور میرے متعلق بدگمان رہتے ہیں۔ اسی وجہ سے میں لوگوں سے میل جول نہیں رکھتی۔ ایک نامعلوم خوف میرے اندر متحرک رہتا ہے۔ بہت سے اندیشے اور وسوسے پریشان کرتے ہیں۔ (فضا، ساہیوال)

جواب: رات کو سونے سے پہلے ایک سو ایک بار **اِنَّ اللّٰہَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ** کا ورد کر کے ہاتھوں پر دم کریں اور بعد میں پورے چہرے پر پھیر لیں۔ نماز فجر کے بعد ایک سو ایک بار **یَاوَارِثُ** کا ورد کر کے اپنے قلب پر دم کر دیا کریں۔ ان دونوں وظائف پر کم از کم دو ماہ تک عمل پیرا ہیں۔

فضائیہ میں جانے کا شوق

میرے بیٹے کو فضائی افواج میں جانے کا بہت شوق ہے اور اس کیلئے وہ محنت بھی کر رہا ہے۔ کامیابی کیلئے کوئی دعا یا ورد تجویز کریں نیز صحت و زندگی کیلئے بھی کوئی دعا بتائیں۔ (والدہ علی، ساہیوال)

جواب: بیٹے سے کہیں کہ وہ نماز عشاء کے بعد کسی بھی وقت ایک سو ایک بار **اَلْمَلِکُ الْقُدُّوْسُ** پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے کامیابی کی دعا کیا کرے۔ صحت کیلئے روزانہ کسی وقت ایک سو ایک بار **یَاسَلَامُ** پڑھ کر پانی پر دم کر کے پانی پی لیا کریں۔ اللہ تعالیٰ رحم و کرم فرمائیں گے۔

دماغی کمزوری کیلئے

دماغی کمزوری کو دور کرنے کیلئے ہر نماز کے بعد گیارہ مرتبہ آیت الکرسی پڑھنے سے دماغی کمزوری دور ہو جائیگی۔

اجمل شاہ چکوال

عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں، مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف، عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے اسے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ اکثر بہت جلدی سب کچھ پانا چاہتے ہیں حالانکہ یہ علم مسلسل محنت اور کوشش سے حاصل ہوتا ہے۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔ **(ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)**

دست اور پیچش کا تریاق: بہی خشک بالکل باریک کر کے چٹکی چٹکی دینے سے دست آنا بند ہو جاتے ہیں۔

بالوں والی جناتی کھوپڑیاں (شاہد مجید)

جب میں گیند والی جگہ پر پہنچا تو یہ دیکھ کر میرے رونگٹے کھڑے ہوگئے کہ وہاں کوئی گیند نہ تھی اور اس جگہ بہت ساری کھوپڑیاں پڑی ہوئی تھیں اور کھوپڑیوں کے اوپر بال بھی تھے۔ یہ دیکھ کر مجھ پر دہشت طاری ہوگئی اور خوف کے مارے میری چیخ نکل گئی۔

یہ واقعات جو میں آپ کے سامنے پیش کر رہا ہوں، اس طرح کے متعدد واقعات ہمارے شہر دنیاپور کے گورنمنٹ پرائمری گرلز سکول میں پیش آچکے ہیں۔ جن میں سے ایک واقعہ میرے بڑے بھائی امجد علی شہزاد کے ساتھ اس طرح پیش آیا۔ آیئے اسی کی زبانی سنتے ہیں۔ میں اور میرے دوست ہر اتوار کو صبح کے وقت کرکٹ کھیلنے چھوٹے سکول جایا کرتے تھے۔ ایک اتوار ہم حسب معمول کرکٹ کھیلنے گئے اور ہم نے کرکٹ کھیلنا شروع کر دی۔ میں اس وقت فیلڈنگ کر رہا تھا کہ اچانک میرے ساتھی کی شارٹ پر گیند سکول کے کمروں کی پچھلی دیوار کے پیچھے چلی گئی۔ میں نے گیند کو پکڑنے کے لیے بھاگنا شروع کر دیا۔ جب میں گیند والی جگہ پر پہنچا تو یہ دیکھ کر میرے رونگٹے کھڑے ہوگئے کہ وہاں کوئی گیند نہ تھی اور اس جگہ بہت ساری کھوپڑیاں پڑی ہوئی تھیں اور ان کھوپڑیوں کے اوپر بال بھی تھے۔ یہ دیکھ کر مجھ پر دہشت طاری ہوگئی اور خوف کے مارے میری چیخ نکل گئی۔ میری چیخ سن کر میرے سارے ساتھی میری طرف بھاگے آئے۔ اس وقت تک میں بے ہوش ہو چکا تھا۔ یہ سارا خوفناک منظر دیکھ کر ان پر بھی دہشت طاری ہوگئی۔ وہ سب مجھے چھوڑ کر خوف کے مارے باہر کی طرف بھاگے اور سکول کے باہر سے چند لوگوں کو وہاں لے آئے۔ جب وہ وہاں پہنچے تو انہوں نے کیا دیکھا کہ وہاں کوئی کھوپڑی نہ تھی اور میں وہیں بے ہوش پڑا ہوا تھا اور گیند میرے پاس پڑی تھی۔ میرے دوست مجھے فوراً قریبی ڈاکٹر کے پاس لے گئے جہاں تقریباً ایک گھنٹے کے بعد مجھے ہوش آیا۔ میرے ساتھ میرے والدین بھی وہیں کھڑے تھے۔ وہ مجھے گھر لے آئے اور مجھے سخت ڈانٹا کہ آج کے بعد تم کہیں نہیں کھیلنے جاؤ گے۔ آج میں گورنمنٹ ڈگری کالج شیخوپورہ میں گریجویٹ کا طالب علم ہوں لیکن آج بھی جب مجھے یہ واقعہ یاد آتا ہے تو مجھ پر دہشت طاری ہوجاتی ہے۔

انسان کی زندگی میں بے شمار ایسے واقعات پیش آتے ہیں، جنہیں انسان چاہے بھی تو نہیں بھلا سکتا۔ یہ واقعہ 2002ء کو میرے ماموں جان کے ساتھ پیش آیا۔ قریباً دو سال پہلے میرے ماموں ہارون الرشید کی شادی تھی اور انہوں نے شادی کے موقع پر ہمیں یہ واقعہ سنایا۔ ماموں کپاس کی خریداری کرتے ہیں اور اس واقعہ کا تعلق بھی اسی کاروبار سے ہے۔ ماموں کہنے لگے میں کپاس کا کاروبار تقریباً 1989ء سے کر رہا ہوں اور الحمدللہ علاقے میں اچھے تعلقات بھی ہیں۔ میں گلزار پور شام کو گیا۔ رانا علی شیر عرف لیلا کی کپاس خریدنا تھی۔ تقریباً 300 من کپاس میں نے خریدی اور ٹرالے پر لوڈ کرادی اور خود موٹر سائیکل لے کر چلنے کے لیے تیار ہوا لیکن رانا علی شیر نے مجھے روکنے کی کوشش کی کہ رات کافی ہو چکی ہے۔ آج رات یہیں میرے پاس گزار لو لیکن اس کے اصرار کے باوجود میں نہ رکا اور میں نے اس کا شکریہ ادا کیا اور چل پڑا۔ سردی بہت زیادہ تھی۔ میں نے ہاتھوں پر دستانے چڑھائے ہوئے تھا اور شال کو اوڑھ رکھا تھا۔ آہستہ آہستہ سفر گزر رہا۔ اسی راستے میں ایک دربار آتا ہے۔ جسے پیر حمید الدین کا دربار کہتے ہیں۔ یہ بہت پرانا دربار ہے۔ سنسان علاقے میں درختوں کے جھرمٹ میں اور سڑک کے بالکل کنارے پر یہ واقع ہے۔ میں جیسے ہی دربار کی حدود سے نکلا تو میرے سامنے ایک بکری کا بچہ آگیا۔ دور نزدیک کوئی مکان نہیں تھا۔ میں نے موٹر سائیکل کو روکا اور اس بکری کے بچے کو اٹھا کر اپنے آگے بٹھالیا۔ ابھی جمالا پہنچنے میں تھوڑا سفر باقی تھا کہ بکری کا بچہ انسانی بچے کی شکل میں آگیا۔ میں نے زور سے جھٹکا دے کر اسے ایک طرف پھینک دیا جیسے ہی وہ نیچے گرا اچانک اس نے ایک عورت کی شکل اختیار کر لی اور مجھے کہنے لگی کہ تمہاری قسمت اچھی تھی کہ تم بچ گئے۔ میں نے جلدی سے موٹر سائیکل بھگایا اور گھر آکر ہی بریک لگائی۔ میں بجائے سردی کے کانپنے کے، خوف سے کانپ رہا تھا اور اتنی سردی ہونے کے باوجود مجھے پسینے آئے ہوئے تھے۔ میں جلدی سے آکر بستر میں گھس گیا۔ اب مجھے نیند نہیں آرہی تھی۔ اتنا خوف مجھے زندگی میں کبھی نہیں آیا۔ اس واقعہ کے بعد میں تین دن تک بخار میں مبتلا رہا۔ آج وہ واقعہ یاد کرتا ہوں تو میرے رونگٹے کھڑے ہوجاتے ہیں۔ ماموں سلامت موضع جمالا تحصیل دنیاپور میں مقیم ہیں اور نماز پنجگانہ بڑی پابندی سے ادا کرتے ہیں۔ خدا ان کے رزق میں برکت دے۔ (آمین)

عبقری سے فیض پانے والے

حکیم صاحب! السلام علیکم مجھے بازار سے ماہنامہ عبقری کتابوں کی دکان سے ملا۔ پہلی ہی نظر میں میں نے اسے خرید کر پڑھا تو مجھے عجیب سا سکون محسوس ہوا۔ اس کے بعد میں ماہنامہ عبقری کی مستقل قاری بن گئی۔ میں نے اس میں سے بہت سے وظائف کو اپنی زندگی میں آزمایا جس سے مجھے بہت زیادہ فائدہ ہوا۔ مستقل عبقری کے مطالعے سے میرے اندر آپ سے ملاقات کا اشتیاق پیدا ہوا۔ پھر ایک دن میں اپنے ایک مسئلہ کے حل کے لیے آپ کے کلینک پر تشریف لائی تو آپ نے مجھے اللہ تبارک وتعالیٰ کے چند اسمائے گرامی پڑھنے کو دیئے۔ جن کو میں نے بڑے خشوع وخضوع کے ساتھ پڑھا اور کچھ عرصے کے بعد ایسے ایسے واقعات میرے سامنے ہوئے کہ میں آپ کو بتانے پر مجبور ہوگئی۔ میں نے اپنی پڑھائی جاری رکھی ہوئی ہے اور مجھے آپ کا فیض بھی حاصل ہو رہا ہے۔ اللہ کا کرم ہے بس آپ کی مزید راہنمائی کی ضرورت ہے۔ کچھ عرصے پہلے میرے اوپر جو عملیات ہوئے مجھے ان کا صحیح پتا نہیں چلتا تھا مگر اب اللہ تعالیٰ کا لاکھ لاکھ شکر اور احسان ہے کہ مجھے ان چند مہینوں میں اپنے اوپر کیے گئے عمل کا پتہ چل جاتا ہے۔ ہفتہ کی صبح گھر میں دو گوشت کی بوٹیاں تازہ گری ہوئی دیکھیں اور ایک پلیٹ میں پڑی ہوئی تھیں۔ پہلے تو میرا خیال تھا کہ یہ وہم ہے مگر میں نے ہمت نہیں ہاری اور پڑھائی شروع کر دی۔ میں نے اپنی بیٹی کو بھی یہ گوشت دکھایا۔ تھوڑی دیر کے بعد میں جب واپس وہاں گئی تو وہ دونوں گوشت کی بوٹیاں غائب تھیں۔ حکیم صاحب میں یہ نظارہ دیکھ کر بہت پریشان اور خوف زدہ ہوئی۔ لیکن یہ پریشانی عارضی ثابت ہوئی کیونکہ مسلسل ماہنامہ عبقری پڑھنے سے میرے اندر اعتماد اور اللہ پر یقین پختہ ہوگیا تھا۔ میں نے فوراً ہی آپ کا بتایا ہوا ذکر دل ہی دل میں لگاتار پڑھنا شروع کر دیا۔ کچھ وقت مسلسل ذکر کرنے کے بعد اللہ پاک نے میرے اندر ایک سکون سا پیدا کر دیا۔

میرے ماشاءاللہ چار بچے ہیں اور تمام پڑھنے والے ہیں۔ کچھ عرصے سے لوگوں کے شر اور حسد نے ہماری زندگی اجیرن کر رکھی تھی۔ اور آپ کے بتائے ہوئے ذکر کی بدولت ہی میں لوگوں کے شر اور حسد سے محفوظ ہوں ورنہ نا معلوم میں کون کون سی مصیبتوں میں مبتلا ہوتی۔ حکیم صاحب آپ کی صحیح روحانی راہنمائی سے اللہ پاک نے (بقیہ صفحہ نمبر 33 پر)

سچی باتیں سچے لوگ: صادق آدمی سات بار گرتا ہے پھر بھی اٹھتا ہے مگر شریر بلا میں گر کر پڑا رہتا ہے' یہ نصیحت ہے نصیحت والوں کیلئے۔

سید الانبیا ﷺ کی مسکراہٹ

نبی کریم ﷺ نے فرمایا ہے کہ اپنے بھائی کو دیکھ کر مسکرا دینا بھی صدقہ ہے (جامع ترمذی)۔ حضرت عبداللہ بن حارثؓ فرماتے ہیں کہ میں نے نبی کریم ﷺ سے زیادہ مسکرانے والا کوئی دوسرا نہیں دیکھا۔ (جامع ترمذی)

(مولانا محمد یونس قادری)

مسکرانا بھی انسانی فطرت کا تقاضا ہے نبی کریم ﷺ کی عادت شریفہ اللہ کے بندوں اور اپنے مخلصوں سے ہمیشہ مسکرا کر ملنے کی تھی۔ ظاہر ہے کہ نبی کریم ﷺ کا یہ رویہ اور برتاؤ ان لوگوں کے لیے کیسے قلبی و روحانی مسرت کا باعث ہوتا ہوگا اور اس کی وجہ سے ان کے اخلاص و محبت میں کتنی ترقی ہوتی ہوگی۔ ''نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ اپنے بھائی کو دیکھ کر مسکرا دینا بھی صدقہ ہے (ترمذی)'' ''حضرت جابرؓ فرماتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ کا ہنسنا صرف تبسم ہوتا تھا۔ (شمائل ترمذی)

''حضرت عبداللہ بن حارثؓ فرماتے ہیں کہ میں نے نبی کریم ﷺ سے زیادہ مسکرانے والا کوئی دوسرا نہیں دیکھا۔ (جامع ترمذی)'' حضرت جریرؓ فرماتے ہیں کہ جب بھی نبی کریم ﷺ مجھے دیکھتے تو تبسم فرماتے (یعنی خندہ پیشانی سے مسکراتے ہوئے ملتے تھے) (شمائل ترمذی)'' ''حضرت جابر بن سمرہؓ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ کا معمول تھا کہ فجر کی نماز جس جگہ پڑھتے تھے آفتاب طلوع ہونے تک وہاں سے نہیں اٹھتے تھے پھر جب آفتاب طلوع ہو جاتا تو کھڑے ہو جاتے اور (اس اثنا میں) آپ ﷺ کے صحابہؓ زمانہ جاہلیت کی باتیں (بھی) کیا کرتے اور اس سلسلے میں خوب ہنستے اور نبی کریم ﷺ بس مسکراتے رہتے۔ (صحیح مسلم)'' ''حضرت ابوذرؓ فرماتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ میں اس شخص کو خوب جانتا ہوں جو سب سے پہلے جنت میں داخل ہو گا اور اس سے بھی واقف ہوں جو سب سے آخر میں جہنم سے نکالا جائے گا، قیامت کے دن ایک آدمی دربار الٰہی میں حاضر کیا جائے گا اس کے لیے یہ حکم ہوگا کہ اس کے چھوٹے چھوٹے گناہ اس پر پیش کیے جائیں اور بڑے بڑے گناہ مخفی رکھے جائیں جب اس پر چھوٹے چھوٹے گناہ پیش کیے جائیں گے کہ تو نے فلاں دن فلاں گناہ کیے ہیں تو وہ اقرار کرے گا۔ اس کے لیے انکار کی گنجائش نہیں ہوگی اور اپنے دل میں نہایت خوفزدہ ہوگا کہ ابھی تو صغائر ہی کا نمبر ہے، کبائر پر دیکھیں کیا گزرے؟ کہ اس دوران میں یہ حکم ہوگا کہ اس شخص کو ہر گناہ کے بدلے ایک ایک نیکی دی جائے تو وہ شخص یہ حکم سنتے ہی خود بولے گا کہ میرے تو ابھی بہت سے گناہ باقی ہیں جو یہاں نظر نہیں آتے، حضرت ابوذرؓ فرماتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ اس کا مقولہ فرما کر ہنسے یہاں تک کہ آپ ﷺ کے دندان مبارک ظاہر ہوگئے، ہنسی اس بات پر تھی کہ جن گناہوں کے اظہار پر ڈر رہا تھا ان کے اظہار کا خود طالب ہو گیا۔ (شمائل ترمذی)

''حضرت عامر بن سعدؓ فرماتے ہیں کہ میرے والد سعدؓ نے فرمایا نبی کریم ﷺ غزوہ خندق کے دن ہنسے حتیٰ کہ آپ ﷺ کے دندان مبارک ظاہر ہوگئے۔ حضرت عامرؓ فرماتے ہیں کہ میں نے پوچھا کس بات پر ہنسے؟ انہوں نے کہا ایک کافر ڈھال لیے ہوئے تھا اور حضرت سعدؓ تو بڑے تیر انداز تھے لیکن وہ اپنی ڈھال کو ادھر ادھر کر لیتا تھا، جس کی وجہ سے اپنی پیشانی کا بچاؤ کر رہا تھا (گویا مقابلہ میں سعدؓ کا تیر نہ لگنے دیتا تھا حالانکہ یہ مشہور تیر انداز تھے) سعدؓ نے ایک مرتبہ تیر نکالا (اور اس کو کمان میں کھینچ کر انتظار میں رہے) جس وقت اس نے ڈھال سے سر اٹھایا فوراً ایسا نشانہ لگایا کہ پیشانی سے چوکا نہیں اور وہ فوراً گر گیا۔ ٹانگ بھی اوپر کو اٹھ گئی پس نبی کریم ﷺ اس قصے پر ہنسے، میں نے پوچھا کہ آپ ﷺ اس میں کون سی بات پر ہنسے؟ آپ ﷺ نے فرمایا سعد کے اس فعل پر (چونکہ اس قصے میں شبہ ہوگیا تھا کہ اس کے پاؤں اٹھنے اور ستر کھل جانے پر تبسم فرمایا ہو۔ اس لیے دوبارہ پوچھنے کی ضرورت ہوئی انہوں نے فرمایا یہ نہیں بلکہ میرے حسن نشانہ اور اس کے باوجود اتنی احتیاط کے تیر لگ جانے پر کہ وہ تو ہوشیاری کر ہی رہا تھا کہ ڈھال کو فوراً ادھر ادھر کر لیتا تھا مگر سعدؓ نے بھی تدبیر سے ایسا تیر جڑا کہ فوراً ہی گر گیا اور مہلت ہی نہ ملی (شمائل ترمذی)'' نبی کریم ﷺ جب بدر سے واپس تشریف لا رہے تھے تو مقام روحاء پر آپ ﷺ کو کچھ مسلمان ملے، جنہوں نے آپ ﷺ اور آپ ﷺ کے اصحاب کو اس فتح مبین کی مبارک باد دی۔ اس پر حضرت سلمۃ بن سلامہؓ نے کہا کہ کس چیز کی مبارک دیتے ہو خدا کی قسم بوڑھوں سے پالا پڑا، رسی میں بندھے ہوئے اونٹوں کی طرح ان کو ذبح کر ڈالا۔ یہ سن کر نبی کریم ﷺ مسکرائے اور فرمایا یہی تو مکہ کے سادات اور اشراف تھے (جدید سیرۃ النبی ﷺ جلد دوم)

بخار سے نجات

ننانوے مرتبہ اسم ذات ''اللہ'' لکھ کر پانی میں دھوئیں اور مریض کو پلائیں۔ ان شاء اللہ ہر قسم کی درد اور تپ دور ہو جائے گی۔

(ڈاکٹر غلام مصطفیٰ)

اگر کسی کے سر میں درد ہو رہی ہو تو اس کو کہو کہ وہ اپنے سر کو مضبوطی کے ساتھ ہاتھ سے پکڑ رکھے۔ پھر عامل ایک تیز نوک دار چاقو یا چھری لے کر اُس کی نوک سے دیوار پر ''ابجد'' لکھے اور مقام الف پر چاقو یا چھری کی نوک گاڑ کر دل ہی دل میں تین دفعہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر مریض پر دم کرو۔ ان شاء اللہ آرام آ جائے گا۔ اگر خدانخواستہ کوئی فائدہ نہ ہو تو دوسری دفعہ پھر چھری چبھو کر سورۂ فاتحہ پڑھو اور دم کرو۔ اگر پھر بھی کوئی فائدہ نہ ہو تو ''ج'' پر اور ''د'' پر اسی طرح چھری چبھو کر دم کریں۔ ضرور آرام آ جائے گا۔ مجرب عمل ہے۔

(2) باری کے بخار کے لیے ایک پاک ٹھیکری لے کر اس پر **''یَا مُحِیْطُ''** لکھو اور مریض کے بائیں بازو پر باندھ دو۔ انشاء اللہ دوسرے، تیسرے اور چوتھے دن کی باری کا بخار رفع ہو جائیگا۔ صحت کے بعد کچھ صدقہ کر دو۔ (3) بخار کے وقت سے قریباً ایک گھنٹہ پیشتر تین دفعہ پڑھ کر مریض پر دم کرو۔ ان شاء اللہ بخار نہیں ہوگا۔ دعا مکرم یہ ہے: **''بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ o یَا مُسَبِّبُ سَبِّبْ یَا شَافِیْ اِشْفِ یَا کَافِیْ اکْفِ یَا مُفْلِحُ اِفْلِحْ یَا مُفَرِّجُ فَرِّجْ یَامُسَهِّلُ سَهِّلْ یَامُیَسِّرُ یَسِّرْ یَارَحْمٰنُ رَحِیْمُ اِرْحَمْ یَاذَاالْجَلَالِ وَالْاِکْرَامِ o''** (4) ننانوے مرتبہ اسم ذات ''اللہ'' لکھ کر پانی میں دھوئیں اور مریض کو پلائیں۔ ان شاء اللہ ہر قسم کی درد اور تپ دور ہو جائے گی۔ (5) مرگی کے مریض کے لیے تیر بہدف ہے۔ لکھ کر مریض کے گلے میں باندھو اور دورہ مرض کے بعد جتنی دفعہ ہو سکے، پڑھ کر دم کرو: **''یَا عَلِیْمُ غَیْرَ مَعْلُوْبِ یَا صَانِعُ غَیْرَ مَصْنُوْعِ یَا قَاهِرُ غَیْرَ مَقْهُوْرِ یَاحَافِظُ غَیْرَ مَحْفُوْظِ یَانَاصِرُ غَیْرَ مَنْصُوْرِ یَاشَاهِدُ غَیْرَ مَشْهُوْدِ سُبْحَانَکَ یَا لَااِلٰہَ اِلَّا اَنْتَ نَجِّنَا مِنَ النَّارِ۔''**

بحوالہ ''کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات'' مشکلات، لاعلاج بیماریوں اور کالے جادو کے ڈسے اس کتاب کا مطالعہ کریں)

گمشدہ چیز فوراً ملے: اگر کوئی چیز گم ہوگئی ہو تو بکثرت ہر وقت ہر گھڑی سورۃ الضحیٰ مع تسمیہ پڑھیں، چندن یا چند ہفتے پڑھیں آزمودہ ہے۔

کالا جادو اور میرے ساٹھ سالہ تجربات

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے۔ آیئے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کر دینے والی مشکلات فوری دور ہوں۔ یقین جانیئے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہنسی خوشی بسر کر رہے ہیں۔ قارئین! انشاءاللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف وعملیات ملاحظہ فرمائیں۔

کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

(عبدالقیوم دریا آبادی نبیرہ مولانا عبدالماجد دریا آبادیؒ۔ نادر آباد لاہور)

استعمال شدہ کپڑے، سر کے بال، ہاتھ پاؤں کے ناخن کی حفاظت کرنی ضروری ہے۔ اگر کسی کے گھر سے مشکوک قسم کی کوئی چیز آئے تو "**بِسْمِ اللّٰهِ الَّذِیْ لَایَضُرُّ مَعَ اسْمِهٖ شَیْءٌ فِی الْاَرْضِ وَلَا فِی السَّمَآءِ وَهُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ**" پڑھ کر کھانی چاہیے۔ بعد نماز فجر اور بعد نماز عشاء اللہ تعالیٰ کا نام "**یَاقَابِضُ**" 33 مرتبہ پڑھا کریں۔ ان شاءاللہ کسی بھی طرح کا جادو خواہ علوی ہو یا سفلی اثر نہیں کریگا۔ چھوٹے بچوں پر اس اسم کو 33 مرتبہ پڑھ کر دم کر دیا کریں۔ اس طرح بچے اثرات سے محفوظ رہیں گے۔

جادو کے اثرات سے نجات: اسم باری تعالیٰ "**یَامُمِیْتُ**" 7000 مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے خود پی لیں اور اپنے گھر والوں کو پلائیں۔ اس پانی کی برکت سے جو لوگ جادو کی لپیٹ میں ہونگے انہیں جادو کے اثرات سے نجات مل جائے گی اور آئندہ کے لیے حفاظت ہو گی۔ جب جادو کی لپیٹ میں کاروبار تباہ ہو گیا ہو تو روزانہ صبح 10 بجے "**یَارَقِیْبُ**" 1248 مرتبہ پڑھیں۔ اول آخر سات سات مرتبہ درود شریف پڑھیں 40 دن تک، اگر اس وظیفہ کو مرد پڑھے تو چالیس دن تک بغیر ناغہ کے اگر کوئی عورت پڑھے تو قدرتی عرصہ مجبوری گزر جانے پر 40 دن تک پوری کرے اس کے بعد روزانہ صرف 100 مرتبہ "**یَارَقِیْبُ**" پڑھ لیں۔ ان شاءاللہ 40 دن کی مدت پوری نہ ہو گی، آپ اپنے گھر میں راحت محسوس کریں گے۔ کاروبار میں برکت ہو گی، بے روزگار کو روزگار ملے گا اور گھر کی بیماریاں اور دوسری نحوستیں دور ہونگی۔ دکان کھولتے وقت بند کرتے وقت ایک مرتبہ آیت الکرسی پڑھا کریں۔ چالیس روز تک دُکان کھولنے کے بعد اپنے پاؤں کے وزن پر بیٹھ کر 21 مرتبہ سورۂ الم نشرح پڑھیں یہ عمل بیٹھ کر کریں لیکن عمل سے پہلے اور بعد میں تین تین مرتبہ درود شریف ضرور پڑھیں۔ جب تک اس عمل سے فارغ نہ ہو جائیں خرید و فروخت شروع نہ کریں۔ ان شاءاللہ 40 دن میں بندش کھل جائے گی اور خریداروں کا سلسلہ شروع ہو جائے گا۔ 40 دن کے بعد آیت الکرسی والا عمل جاری رکھیں اور سورۂ الم نشرح والا عمل بند کر دیں۔

بخار سے نجات

جس شخص کو بخار چڑھا ہوا ہو اُس کے سرہانے ایک ہزار مرتبہ اس آیت کا پڑھنا بخار کے اُتر جانے کیلئے نہایت مفید ہے آیت یہ ہے **یٰنَارُ کُوْنِیْ بَرْدًا وَّ سَلٰمًا عَلٰٓی اِبْرٰهِیْمَ** (الانبیاء:69)

ہر مرض کے لیے اکسیر اعظم

لَآ اِلٰهَ اِلَّآ اَنْتَ سُبْحٰنَکَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ O (الانبیاء:87) اکسیر اعظم بلکہ اسم اعظم ہے، ہر مرض کی دوا، ہر ایک مشکل کی حل کرنے والی آیت۔ اللہ پاک نے ہمارے لیے نازل فرمائی ہے۔ اس آیت کریمہ کو پڑھنے کی صدہا ترکیبیں بزرگانِ دین سے ثابت ہوئی ہیں۔ ترکیب اول ایک لاکھ پچیس ہزار مرتبہ ایک مجلس میں اس آیت کا ختم کرنا نہایت مفید ہے مگر ترکیب اس ختم کی یہ ہے کہ سات یا گیارہ یا اکیس آدمی غسل کر کے سفید کپڑے پہن کر ہر شخص دو رکعتیں بطور صلوٰۃ توبہ کے پڑھے۔ جہاں تک ممکن ہو سب پڑھنے والے رو بقبلہ بیٹھیں۔ دُنیا کی بات مطلق نہ کریں اور نہایت خلوص کے ساتھ ختم پورا کریں اور پھر متواتر تین روز تک ایسا ہی کیا جائے۔ انشاءاللہ العزیز یہ عمل ساری مصیبتوں کیلئے مفید اور مجرب ہے۔ ترکیب نمبر 2 وہ ہے جناب رسولِ اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ابوعبداللہ مغربیؒ کو خواب میں تعلیم فرمائی تھی' ابوعبداللہ ایک سخت بلا میں گرفتار تھے۔ رات کو خواب میں حضور اکرم ﷺ کی زیارت ہوئی۔ ارشاد فرمایا' پہلے دو رکعتیں پڑھو' پھر چاروں سجدوں میں چالیس مرتبہ آیت **لَآ اِلٰهَ اِلَّآ اَنْتَ سُبْحٰنَکَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ** O (الانبیاء:87) پڑھو انشاءاللہ مصیبت رفع ہو گی۔ یہ عاجز کاتب الحروف کہتا ہے کہ یہ عمل نہایت مجرب ہے۔ مسلمان ضرور عمل کیا کریں۔ زیادہ سے زیادہ مدت اس کی سات دن ہے اس عرصہ میں انشاءاللہ بالضرور کامیابی ہوگی۔

اسلام اور رواداری

پیغمبرؐ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 26 (ابن زیب بھکاری)

بحیثیت مسلمان ہم جس باخلاق نبیؐ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانکیں، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

قبائل میں جو اسلام کے شدید ترین دشمن تھے، قبیلہ بنوحنیفہ عداوت میں پیش پیش تھا۔ مسیلمہ کذاب نے آئندہ چل کر اسی قبیلہ میں نبوت کا دعویٰ کیا تھا۔ جن ایام میں عرب کا ہر ایک قبیلہ پرچمِ اسلام کے نیچے جمع ہو رہا تھا اگر کسی قبیلہ نے اخیر تک سرتابی کی تو وہ بنوحنیفہ کا قبیلہ تھا۔ ثمامہؓ بن اُثال حاکم یمامہ اس قبیلہ کے ایک بڑے سردار تھے۔

ثمامہؓ کا گرفتار ہو کر مدینہ آنا: اتفاق سے ثمامہ مسلمانوں کے ہاتھ لگ گئے، گرفتار کر کے مدینہ لائے گئے اور مسجد کے ستون سے باندھ دیے گئے۔ اس کے بعد حبیب رب العالمین ﷺ ان کے پاس تشریف لے گئے اور دریافت فرمایا ثمامہ! کیا حال ہے؟ بولے، اے محمد ﷺ! اگر آپ ﷺ مجھے قتل کریں گے تو ایک خونی کی جان لیں گے اور اگر احسان کر کے چھوڑ دیں گے تو ایک احسان شناس پر احسان کریں گے اور اگر زر فدیہ چاہیں تو جس قدر مال و دولت آپ چاہیں حاضر کرنے کو تیار ہوں۔"

ثمامہ کی رہائی: یہ سن کر آپ ﷺ مراجعت فرما ہوئے، دوسرے دن بھی یہی گفتگو ہوئی لیکن ان کے متعلق کوئی فیصلہ کیے بغیر آپ ﷺ لوٹ آئے۔ تیسرے دن پھر تشریف لے گئے اور مزاج پرسی کی۔ ثمامہ نے کہا اگر آپ ﷺ مجھے چھوڑ دیں تو عمر بھر احسان مند رہوں گا اور اگر زر فدیہ کی خواہش ہو تو جتنے مال کا مطالبہ کرو، دینے کو تیار ہوں۔" یہ سن کر آپ ﷺ نے حکم دیا کہ ثمامہؓ کو آزاد کر دو۔

قبول اسلام: اس خلاف توقع لطف و کرم پر ثمامہؓ نہایت متاثر ہوئے۔ آزاد ہوتے ہی ایک باغ میں جو مسجد نبوی ﷺ کے قریب تھا، پہنچے۔ غسل کر کے مسجد میں واپس آئے اور بولے میں اس امر کا شاہد ہوں کہ اللہ کے سوا کوئی حقیقی معبود نہیں، اور اس بات کو تسلیم کرتا ہوں کہ محمد ﷺ اللہ کے رسول ہیں۔ اس کے بعد عرض پیرا ہوئے یا رسول اللہ ﷺ! (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

بینائی تیز ہو جائے گی: سونف برابر مقدار میں شکر کے ہمراہ ملا کر کھاتے رہنے سے بینائی تیز ہو جاتی ہے، مسلسل کچھ عرصہ استعمال کریں لاجواب اور تجربہ شدہ ہے۔

آپ کا خواب اور تعبیر

نماز کی پابندی

دیکھتا ہوں کہ مغرب کی طرف سے حضور پاک ﷺ کی سواری یعنی براق چلی آرہی ہے۔ براق پر کوئی سوار نہیں ہے۔ براق کے آگے حدنظر تک ستارے جگمگا رہے ہیں۔ میں چارپائی پر لیٹا اسے دیکھ رہا ہوں اور سوچتا ہوں کہ حضور پاک ﷺ کہاں ہیں یہ براق مغرب سے چلی اور مشرق کی طرف جاکر غائب ہوجاتی ہے۔ میں بہت خوش ہوتا ہوں کہ میں نے حضور ﷺ کی براق کا نظارہ کیا ہے اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے (خالد۔ سمبڑیال)

جواب: آپ کو اشارہ کیا گیا ہے کہ آپ رسول اللہ ﷺ کے لائے ہوئے دین پر عمل نہیں کرتی ہیں خصوصاً نماز کی پابندی ہرگز نہیں کرتیں۔ اگر آپ دین پر عمل میں پابند ہو جائیں تو حضور اکرم ﷺ کی برکات و رحمتوں سے فیض یاب ہو سکتی ہیں۔ واللہ اعلم۔

قرآن کریم کے انوارات

میں نے دیکھا کہ ایک سڑک ہے، نعوذباللہ اس پر قرآن شریف کے کچھ سپارے پڑے ہوئے ہیں اور اس پر سے ایک گاڑی بھی گزر چکی ہے، جس کی وجہ سے وہ بہت بری طرح مسخ ہوگئے ہیں۔ اس کے چھوٹے بڑے ٹکڑے ہوئے ہیں اور میں انہیں سمیٹ رہی ہوں۔ کچھ ٹکڑے بہت چھوٹے ہیں اور ایک گندے نالے میں پڑے ہوئے ہیں۔ کوئی مجھے کہتا ہے کہ اسے بھی اٹھالو لیکن اس کی گندگی کی وجہ سے میں کتراتی ہوں اور اسے نظرانداز کرکے آگے بڑھ جاتی ہوں۔

(ام عمارہ۔ چناب نگر)

تعبیر: آپ کو تلاوت قرآن کی توفیق ہوگی اور قرآن کریم کے انوارات سے فیض یاب ہوں گی بشرطیکہ آپ قرآن کو کبھی بے وضو ہاتھ نہ لگائیں اس لیے کہ خواب میں یہ بھی اشارہ ہے کہ آپ نے کئی دفعہ قرآن کو بے وضو ہاتھ لگانے کا گناہ کیا ہے اس سے توبہ کریں۔

خدمت خلق

میں سکول سے باہر آتا ہوں۔ سامنے بیمار آدمی کے گرد تین لڑکیاں دھاڑیں مار کر رو رہی ہیں۔ باہر دو آدمی بیٹھے آپس میں باتیں کر رہے ہیں۔ میرے یہ معلوم کرنے پر کہ یہاں کیا ہوا وہ مجھ سے پوچھتے ہیں تم کیا کام کرتے ہو، میں انہیں اپنے کام کے بارے میں سب کچھ بتا دیتا ہوں وہ مجھ سے امداد کی درخواست کرتے ہیں۔ میں ان سے کہتا ہوں میں وعدہ نہیں کرتا اگر ہوسکا تو میں تمہاری مدد کروں گا۔

(عاصم۔ راولپنڈی)

تعبیر: آپ سے خدمت خلق کا کام لیا جاسکتا ہے۔ بشرطیکہ آپ اس میدان میں اخلاص و ہمدردی کے ساتھ انسانیت کی خدمت کا جذبہ پیدا کرلیں نیز اس کی برکت سے ظاہری ترقی بھی ہوگی۔

اللہ سے خیر مانگئے

میں نے دیکھا کہ میرے والد صاحب (مرحوم) ایک کمرے میں بیٹھے ہیں ہم سب بہنیں بھی وہیں ہیں، ہم سب اپنے تایا کی باتیں کر رہے ہیں۔ تایا نے شادی کیوں نہیں کی۔ ہم ان کی شادی کرائیں گے۔ میرے ابو کہتے ہیں میں ابھی شادی کراؤں گا۔ (میرے تایا نے حقیقت میں شادی نہیں کی)۔ میرے ابو سب میں چھوٹے تھے اور سب اس بات پر حیرت اور خوشی کی ملی جلی کیفیت سے دیکھ رہے ہوتے ہیں کیونکہ میرے تایا کسی کی بات نہیں سنتے تھے سب بہت خوش ہوتے ہیں، پھر میرے ابو ہم سے (یعنی اپنی بیٹیوں) سے کہتے ہیں کہ تم میں سے شادی کون کرے گا۔ سب ایک دم دنگ رہ جاتے ہیں کہ ابو کیا کہہ رہے ہیں۔ اپنے تایا سے کون شادی کرسکتا ہے لیکن ابو بضد ہوتے ہیں کہ ہم میں سے کوئی شادی کرے۔ سب خاموش ہوتے ہیں کہ ان کی نظر مجھ پر پڑتی ہے اور ابو کہتے ہیں تم کروگی۔ پھر میری شادی کی تیاری ہوتی ہے۔ میں کمرے میں بیٹھی ہوئی بہت روتی ہوں کہ میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (ناصرہ جاوید۔ پشاور)

تعبیر: خواب ہرگز برا نہیں ہے بلکہ اس بات کا اشارہ ہے کہ آپ کے تایا جان کی شخصیت و مال سے آپ کو نفع پہنچے گا نیز آپ کی خدمت سے ان کو فائدہ و راحت پہنچے گی، اس لیے دو رکعات نماز پڑھ کر اللہ سے خیر مانگ لیں۔

چوری کا اندیشہ

میں نے خواب دیکھا کہ میں بستر پر سو رہا ہوں کہ ایک کالی بلی میرے دائیں ہاتھ پر کاٹ لیتی ہے اور ساتھ منہ میں دبائے رکھتی ہے۔ میں بڑی کوشش کرتا ہوں کہ اپنا ہاتھ جھٹک لوں، اپنے دوسرے ہاتھ سے اسے مار بھگاؤں لیکن میرا جسم بالکل شل ہوجاتا ہے۔ میرا سوتیلا بھائی یہ سب کچھ دیکھ رہا ہوتا ہے اور اٹھتا نہیں۔ جب اٹھتا ہے تو میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (ہدایت اللہ۔ نواب شاہ)

تعبیر: اس خواب میں دو اشارے ہیں۔ ایک یہ کہ گھر میں کسی چور کے گھس آنے کا خطرہ ہے۔ جس سے آپ کو مال کے ساتھ جانی تکلیف بھی پہنچ سکتی ہے۔ دوسرے یہ کہ کسی کمینے دشمن سے آپ کو نقصان پہنچ سکتا ہے اس لیے حسب توفیق صدقہ دیدیں تاکہ عافیت و حفاظت رہے۔

دو اشارے

میں خواب دیکھتا ہوں کہ میں اپنے نانا کے چھوٹے بھائی کے گھر سویا ہوا ہوں اور میرے اوپر کے چھ دانت سامنے والے ٹوٹ گئے ہیں خون نکل رہا ہے۔ اچانک میرے نانا جی جو وفات پاچکے ہیں چند آدمیوں کے ساتھ لال رنگ کی کار میں آتے ہیں اور مجھے ساتھ چلنے کے لیے کہتے ہیں اور میں ان کے ساتھ کار میں بیٹھ جاتا ہوں۔ تب میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (محمد امین بھٹی۔ کویت)

تعبیر: آپ کے خواب کے دو اشارے ہیں ایک یہ کہ آپ کے اہم خاندانی بزرگوں میں سے کسی کی وفات کا اشارہ ہے دوسرے یہ کہ آپ کی عمر دراز ہونے کی علامت ہے اور دشمنوں کو مغلوب و ناکام ہونے کا اشارہ ہے۔ واللہ اعلم۔

کمزور پہاڑ

میں نے دیکھا کہ میں کچھ آدمیوں کے ساتھ ایک کچے سے راستے پر جارہی ہوں۔ ہمارے ساتھ ایک بزرگ ہستی بھی ہیں۔ غالباً چڑھائی کا راستہ چلتے چلتے اسی راستے کے درمیان ایک کمرہ آجاتا ہے اس کمرے کے دائیں جانب ایک کھڑکی ہے اس میں سے ایک پہاڑ نظر آرہا ہے میں کھڑکی کے پاس جاکر بالکل قریب سے دیکھتی ہوں تو وہ پہاڑ بھوسے اور مٹی کا بنا ہوا ہے میں سوچتی ہوں کہ پہاڑ تو سخت ہوتے ہیں مگر یہ تو بھوسے اور مٹی کا بنا ہوا ہے اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (رضیہ سلطانہ)

تعبیر: مبارک خواب ہے اور بہت خیر و برکت کی علامت ہے مگر چونکہ آپ فجر کی نماز میں کوتاہی کرتی ہیں اس لیے آپ کی نیکی و عبادت کی بنیاد کمزور ہوتی جارہی ہے۔ جس سے بڑی غفلت کا اندیشہ ہے۔ اسی لیے آپ کو مضبوط کمزور دکھایا گیا ہے۔ اس لیے آپ اپنے اعمال صالحہ کی بنیاد کو پکا کریں تاکہ استقامت نصیب ہو۔

رحمت اللعالمین ﷺ کی زیارت اور قدم بوسی

دو رکعت نمازِ نفل اس طرح ادا کریں کہ پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سات مرتبہ سورۂ والشمس پڑھے اور دوسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ الفیل سات بار پڑھیں۔ سلام کے بعد بقدر ہمت درود شریف کا جو صیغہ یاد اور سہل ہو کثرت سے پڑھیں

(ع، م چوہدری)

مجربات شیخ سنوسی میں امام ابی عبداللہ محمد بن یوسف السنوسی الحسنی الحسینی'' فرماتے ہیں کہ جس کی خواہش ہو کہ خواب میں اپنے پیارے محبوب حضرت محمد ﷺ کی زیارت کرے اس کو چاہیے کہ رات کو باوضو سفید و پاک لباس پہن کر اہلِ خانہ سے جدا ایک کمرہ میں دو رکعت نمازِ نفل ادا کرے۔ پہلی رکعت میں فاتحہ کے بعد سات مرتبہ سورۂ والشمس پڑھے اور دوسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ الفیل سات بار پڑھے سلام کے بعد بقدر ہمت درود شریف کا جو صیغہ یاد اور سہل ہو کثرت سے پڑھے اور یہ خاتم لکھ کر سرہانے رکھ کر سو رہے۔ ان شاء اللہ محبوب خدا ﷺ خواب میں جلوہ افروز ہوں گے۔

پیارے نبی ﷺ شفیع المذنبین رحمۃ اللعالمین ﷺ کی زیارت اور قدم بوسی حاصل کرنے کے لیے بعد نمازِ عشاء سب کاموں سے فارغ ہونے کے بعد سونے سے پہلے "**صَلَّی اللّٰهُ تَعَالٰی عَلٰی حَبِیْبِهٖ مُحَمَّدٍ وَّسَلَّمَ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ یَا وَدُوْدُ یَابَدِیْعَ الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَابَدِیْعُ بِسْمِ اللّٰهِ الْوَاسِعِ جَلَّ جَلَالُهٗ یَاحَفِیْظُ**" تین سو مرتبہ پڑھ کر آنکھیں بند کر کے پندرہ بیس منٹ حضور اکرم ﷺ کا تصور کریں اور بات کئے بغیر اسی تصور کو قائم رکھتے سو جائیں۔ اکیس روز کے اس عمل کی برکت سے ان شاء اللہ آپ ﷺ کی زیارت اور قدم بوسی کی سعادت نصیب ہو جائے گی۔ زیارت کی سعادت حاصل ہونے کے بعد میٹھے چاول پکا کر بچوں کو کھلا دیں۔ (طب نبوی ﷺ دور جدید میں) (مجموعہ اوراد)

☆ خزینۃ العملیات حصہ اول'' میں حضرت خواجہ دلاور حسین چشتی قادری نقشبندی'' لکھتے ہیں کہ حضرت شیخ عبدالوہاب شعرانی'' فرماتے ہیں کہ حضور اکرم ﷺ کی زیارت کا شرف حاصل کرنے کے لیے جمعہ کے روز نمازِ عشاء کے بعد اس درود شریف کو ایک سو ایک بار پڑھیں۔ اس عمل کو چند جمعے تک کریں اور دورانِ وظیفہ اپنے قریب خوشبو جلائیں اور کسی سے بات کئے بغیر اسی جگہ سنت کے مطابق سو جائیں درود پاک یہ ہے۔ (زاد المعاد)

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ سَیِّدِ الْمُرْسَلِیْنَ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ سَیِّدِ الْمُؤْمِنِیْنَ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ سَیِّدِ الْمُتَّقِیْنَ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ سَیِّدِ الشَّاهِدِیْنَ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ سَیِّدِ الزَّاهِدِیْنَ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ سَیِّدِ الرَّاكِعِیْنَ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ سَیِّدِ الصَّالِحِیْنَ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ سَیِّدِ السَّاجِدِیْنَ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ سَیِّدِ الْوَارِثِیْنَ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ سَیِّدِ الرَّاشِدِیْنَ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ سَیِّدِ الْعَابِدِیْنَ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ سَیِّدِ الطَّالِبِیْنَ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ سَیِّدِ الْوَاصِلِیْنَ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ سَیِّدِ الْعَالَمِیْنَ

☆ ''سفینہ رحمت صلوٰۃ وسلام'' میں خواجہ فضل رسول لکھتے ہیں کہ حضرت عین القضاۃؒ کے اس درود شریف کے بارے میں روایت ہے کہ اس کا ورد رکھنے والا اللہ تعالیٰ کے رحم و کرم سے ضرور آپ ﷺ کی زیارت سے مشرف ہوگا۔ درود پاک یہ ہے: "**اَللّٰهُمَّ بَارِکْ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ رَّسُوْلِ اللّٰهِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ الْاَمِیْنِ الْكَرِیْمِ وَبِالْمُؤْمِنِیْنَ رَءُوْفٌ رَّحِیْمٌ**" (زادراہ)

روحانی کیفیت

قارئین! آپ بھی اپنی روحانی کیفیت تحریر کریں۔ لاکھوں لوگ آپ سے استفادہ حاصل کریں گے۔ یہ بھی صدقہ جاریہ ہے

السلام علیکم! اللہ تعالیٰ کی ذات عالی سے امید ہے کہ آپ بخیر و عافیت ہونگے اور امت کی ہدایت اور فلاح کے لیے دن رات مصروف عمل ہونگے۔ اللہ تعالیٰ آپ کی مساعی جمیلہ کو قبول فرمائے اور مزید ہمت، استقامت اور عافیت کے ساتھ خدمت کی سعادت نصیب فرمائیں۔ جولائی 2008 میں میرا سفر ہوا۔

دورانِ سفر کی اپنی قلبی کیفیات تحریر کر رہا ہوں تاکہ اصلاح ہو سکے۔ شروع میں تو نمازوں میں توجہ اور دھیان خوب رہا۔ نماز کے دوران نور کے قلم سے ماتھے پر لفظ اللہ کا لکھا جانا اور پھر لفظ اللہ کا وہاں سے نکل کر آسمانوں کی طرف جانا۔ پھر میرا اس لفظ کے تعاقب میں ہونا پھر مجھے ایسے محسوس ہوتا کہ جیسے میں اللہ کے دربار میں پہنچ گیا ہوں۔ بہت بڑا دربار لگا ہوا ہے۔ آسمان کے نیچے دائیں بائیں کرسیاں لگی ہوئی ہیں مگر چہرے نظر نہیں آرہے۔ درمیان میں بہت بڑا تخت ہے جس پر نور ہی نور ہے، روشنی ہی روشنی ہے۔ لفظ اللہ اس پر بہت بڑا لکھا ہوا ہے اور وہ لفظ اللہ تخت پر عمودی حالت میں پڑا ہوا ہے۔ دل پر نور کی تجلیات پڑ رہی ہیں اور دل غلاظتوں سے دھل کر پاک ہو رہا ہے۔ چار یا پانچ دن گزرنے کے بعد طبیعت خراب ہو گئی۔ پیٹ خراب، جسم بھاری بھاری، آنکھیں بوجھل، سر میں درد، کسی کام میں جی نہ لگے۔ طبیعت اچاٹ ہو گئی۔ تین یا چار آدمیوں کا بھی یہی حال ہو گیا۔ سمجھ میں یہ آیا کہ مساجد میں موجود کنوؤں میں آسیب ہیں۔ کیونکہ ہم انہی کنوؤں کا پانی پینے کے لیے بھی استعمال کر رہے تھے۔ کنوئیں بھی اندازاً 80 یا 100 سال پرانے تھے۔ پانی بھی ان کا ٹھیک نہیں تھا۔ جمعہ کے دن ایک عرب مہمان نے جب عود کی لکڑی جلائی تو مجھے کچھ سکون محسوس ہوا۔ میں نے ان سے ذکر کیا تو انہوں نے مجھے وظیفہ بتایا جس کے پڑھنے سے الحمدللہ طبیعت بہتر ہو گئی اور دوبارہ خراب نہیں ہوئی۔ وظیفہ یہ تھا۔ اول آخر درود شریف اس کے بعد سورۂ فاتحہ 7 بار آیت الکرسی 7 بار سورۂ الزلزال 7 بار، سورۂ الکافرون 7 بار، سورۂ اخلاص 7 بار، سورۂ فلق 7 بار، سورۂ الناس 7 بار

(بقیہ صفحہ نمبر 33 پر)

بے کراں علم: اگر عمل چاہتے ہو اور اپنی 7 نسلوں کیلئے چاہتے ہو تو **یَا عَلِیْمُ یَا وَاسِعُ** ہر نماز کے بعد ایک تسبیح پڑھیں۔

زوال سے پہلے صحت کی قدر (خواجہ قاسم)

پیدل چلنے کے سلسلے میں یہ بتانا ضروری ہے کہ ابتدائی آٹھ دس روز تک میں تیز نہیں چل سکتا تھا لیکن اس کے بعد میں تیز رفتاری سے ایک دو میل کا چکر لگانے کے قابل ہو گیا اور جب دوبارہ معالج سے رجوع ہوا تو وہ میری صحت یابی کی رفتار سے بہت خوش ہوا۔

صحت، قدرت کاملہ کی بہت بڑی نعمت ہے۔ اس کے بغیر کوئی کام سرانجام نہیں دیا جاسکتا اور ہر نعمت کی طرح یہ بھی ہم سے چھن سکتی ہے۔ اس کے بعد اس کی قدر بھی ہوتی ہے۔ اسی لیے فارسی کا مقولہ ہے کہ ''قدرِ نعمت بعد از زوال'' یعنی زوال کے بعد ہی نعمت کی قدر ہوتی ہے۔

آپ اگر صحت مند ہیں تو اس کی قدر کیجئے اور اگر یہ چھن رہی ہے تو اسے روکنے اور بحال رکھنے کی کوشش کیجئے۔ میری صحت کی کہانی بھی یہی ہے۔ جب تک صحت اچھی رہی، میں اطمینان کے ساتھ اس کے تحفظ سے بے خبر رہا۔ میرا تعلق تدریس سے تھا، اس لیے جب تک یہ سلسلہ جاری رہا میں صحت کے معاملے میں محتاط بھی رہا اور جسمانی اعتبار سے سرگرم بھی لیکن ریٹائرمنٹ کے بعد خوامخواہ یہ یقین کر بیٹھا کہ اب تو آرام کے دن آگئے ہیں۔ بے فکری اور آسودگی نے آرام کی راہیں سجھائیں تو زندگی کا نظام ہی بدل کر رہ گیا۔ جب تک جی چاہا بستر میں پڑا اینڈتا، بازار جانے آنے کے لیے پیدل چلنا، ریٹائرڈ لائف کی توہین لگنے لگا۔ ذرا ذرا سی چیزوں کے لیے گاڑی استعمال کرنا اور عمدہ قسم کی غذائیں بھی اطمینان کے ساتھ پیٹ بھر کر کھاتا، یہاں تک کہ چربی کے جمتے رہنے سے توند نکل آئی اور چلتے پھرتے سانس پھولنے لگی۔ سیڑھیاں چڑھنا دوبھر لگنے لگا۔ یہ دیکھ کر میں نے اپنے معالج سے رجوع کرنے کا فیصلہ کیا۔ آج اندازہ ہوتا ہے کہ یہ ایک درست اور بروقت فیصلہ تھا۔

پتا چلا کہ مجھے ہائی بلڈ پریشر ہی نہیں ہے بلکہ قلب کو آکسیجن کم ملنے کی وجہ سے انجائنا کا مریض بھی بن گیا ہوں اور اسی وجہ سے سانس پھولنے کی شکایت لاحق ہے۔ معالج کے سوال پر میں نے اپنی غذائی عادات کے علاوہ یہ بھی بتایا کہ میں ورزش بالکل نہیں کر رہا ہوں۔ یہ سب سن کر وہ خاصا متفکر ہو گیا۔ میں نے گھبرا کر اس سے پوچھا کہ کیا مجھے جوگنگ کرنا چاہیے یا پھر اس سے پہلے واک کو اپنا معمول بنالینا چاہیے۔ اس نے پہلے واک شروع کرنے کا مشورہ دیا، لیکن اسی کے ساتھ غذائی احتیاط کی تاکید کرتے ہوئے سرخ گوشت، آلو، میدے سے بنی ہوئی اشیاء، مکھن اور چربی سے پرہیز کرنے اور پھل، سبزیاں، مچھلی زیادہ کھانے کا مشورہ دیا۔ معالج نے الکحل والے مشروبات سے پرہیز، چائے، کافی کم اور دن میں کم از کم آٹھ گلاس پانی پینے کی ہدایت کی۔

یہ حال جاننے اور اس کا مشورہ گرہ میں باندھ کر گھر کی طرف چلا تو میں نے معمول سے آدھا گھنٹہ پہلے اٹھنے کے لیے الارم گھڑی سے کام لینے کا فیصلہ کیا اور روزانہ کی واک کو اپنا معمول بنالیا۔ آدھے گھنٹے کی واک کے بعد میں گھر لوٹ کر بغیر بالائی کا دودھ دلیے میں شامل کر کے شوق سے کھاتا۔ مٹھاس کی طلب پوری کرنے کے لیے پھل کھاتا۔ کیک، ڈبل روٹی، جام، مکھن، بالائی دار کافی پینے کا معمول ترک کر دیا۔

پیدل کے سلسلے میں یہ بتانا ضروری ہے کہ ابتدائی آٹھ دس روز تک میں تیز نہیں چل سکتا تھا لیکن اس کے بعد میں تیز رفتاری سے ایک دو میل کا چکر لگانے کے قابل ہو گیا اور جب دوبارہ معالج سے رجوع ہوا تو وہ میری صحت یابی کی رفتار سے بہت خوش ہوا۔ اب اس نے مجھے ایک سائیکل خریدنے کا مشورہ دیا۔ میں نے ایک سائیکل خرید لی اور صبح و شام ایک گھنٹہ سائیکل چلانے لگا بلکہ میں تو ہفتے میں ایک بار تیراکی بھی کرنے لگا۔ اس پروگرام پر عمل کر کے میں نے وزن میں نمایاں کمی کی لیکن توانائی اور صحت میں بڑا اضافہ کر لیا۔ میرے وزن میں ایک دو نہیں پورے بائیس پاؤنڈ کمی ہو گئی۔ اب مجھے گاڑی کی غلامی سے بھی نجات مل گئی۔ میں سوچتا ہوں کہ یہ سب پاپڑ مجھے کیوں بیلنے پڑے؟ صرف اس لیے کہ میں ریٹائرمنٹ کو خوش وقتی اور خوش خوراکی کا عہد سمجھ بیٹھا۔ اسی طرح مجھے اس عمر میں باقاعدگی سے چیک اپ کراتے رہنے کی اہمیت کا اندازہ بھی نہیں تھا۔

اب میں خود کو ایک مختلف انسان محسوس کرتا ہوں، میرے دوست بھی جب مجھ سے اس صحت کا راز پوچھتے ہیں تو میں انہیں بتاتا ہوں کہ صحت کا راز، درست غذا اور ورزش میں پوشیدہ ہے۔ جو لوگ شروع سے اس کے عادی ہوتے ہیں وہ آخری وقت تک صحت مند اور توانا رہتے ہیں۔ جو اسے نظر انداز کرتے ہیں انہیں اسے حاصل کرنے کے لیے محنت کرنی پڑتی ہے۔ چٹخارہ اور چٹور پن چھوڑنا پڑتا ہے۔ صحت محنت اور کوشش مانگتی ہے۔

(بقیہ: روحانی کیفیت)

اس بیماری کے دوران قلبی کیفیت یہ رہی کہ لفظ اللہ تو آسمان کی طرف جا رہا ہے مگر میں اس کے پیچھے نہیں جاسکتا کیوں کہ آسمان کی طرف جاتے ہوئے دائیں بائیں دونوں طرف سے تیر گزر رہے ہیں جو کہ میرے اوپر پہنچنے میں رکاوٹ ہیں۔ جب طبیعت کچھ بہتر ہونا شروع ہوئی تو یوں محسوس ہوا کہ تیر موجود ہیں، کھڑے ہیں مگر چل نہیں رہے اور میں اوپر کی طرف جا رہا ہوں، اس کے بعد وہ تیر بھی ختم ہو گئے۔

دوسری تشکیل کشمیر میں ہوئی۔ کھونہ سے آگے خورشید آباد ایک جگہ ہے، بالکل بارڈر کے قریب۔ وہاں سال کی دو جماعتیں چل رہی تھیں۔ ان کی نصرت کے لیے تشکیل ہوئی۔ جماعت کو خورشید آباد کی مسجد سے نکال دیا گیا۔ عجیب کیفیت تھی جس کو الفاظ میں بیان نہیں کیا جاسکتا۔ مجھے اللہ کے راستے میں نکلتے ہوئے تقریباً 15 سال ہو گئے تھے مگر کبھی کسی مسجد سے نہیں نکالا گیا۔ یہ پہلا موقع تھا، جذبات کی عجیب کیفیت تھی۔ خوب دعائیں کیں کیونکہ دل کو ٹھیس لگی ہوئی تھی۔ قبولیت دعا کا وقت تھا۔ سب ساتھیوں کی آنکھوں سے آنسو جاری تھے۔ خیال آیا کہ کوئی ایسی دعا مانگی جائے کہ جس سے ہمیشہ کے لیے کام بن جائے۔ اس وقت مولانا محمد یوسف کی دعا یاد آگئی۔ آپ فرماتے تھے کہ یا اللہ ہمارے ساتھیوں کو ایسا بنادے کہ جن کو یہ دیکھیں ان کو ہدایت مل جائے، جوان کو دیکھے اسے ہدایت مل جائے، جو ہوائیں ان کے بدن سے چھو کر جائیں ان کو بھی ذریعہ ہدایت بنادے۔ (ایک اللہ کے راستے کا مسافر)

(بقیہ: عبقری سے فیض پانے والے)

مجھے وہ کچھ عطا کیا ہے جس کو حاصل کرنے کے لیے لوگوں کی زندگیوں کا ایک حصہ صرف ہو جاتا ہے۔ حکیم صاحب میں ساری زندگی آپ کے احسان کا بدلہ نہیں دے سکتی، میں ماہنامہ عبقری میں چھپنے والے وظائف لوگوں کو بتاتی ہوں، جس سے لوگ بھرپور فائدہ حاصل کرتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ آپ کو اس کا اجر عظیم عطا فرمائے اور آپ اسی طرح لوگوں کی خدمت کرتے رہیں۔ (اہلیہ محمد زبیر، کوٹ لکھپت)

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں، مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں۔ وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہونگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرمادیں۔

نوٹ: درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔ (ایڈیٹر)

اگر آواز بیٹھ جائے: ادرک کے رس میں شہد ملا کر چاٹنے سے گلا ٹھیک ہو جاتا ہے۔ دن میں 3 سے 5 بار چند دن کریں۔

قارئین کی خصوصی تحریریں

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں۔ اپنے روحانی اور طبی مشاہدات لکھیں نیز عبقری کے آزمائے ہوئے تجربات سے قارئین کو ضرور مستفید کریں اور لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہو، نوک پلک ہم خود سنوار لیں گے۔

میری آپ بیتی (کوثر جاوید، حیدرآباد)

حکیم صاحب! میں منگنی کے وقت بالکل ٹھیک تھی لیکن جونہی میری منگنی ہوئی۔ فوراً بعد میرے پیٹ میں تکلیف رہنے لگی۔ نیند آنا ختم ہوگئی۔ خوف، وسوسے اور مختلف قسم کے خیالات میرے دماغ میں آنے لگے۔ ''بال'' کا لفظ ہر وقت میرے ذہن میں رہتا اور مجھے خوف رہنے لگا کہ میرے بالوں کو کچھ ہو جائے گا۔ میں روتی اور کہتی کہ میں پاگل ہو جاؤں گی۔ مجھے کچھ ہو جائے گا پھر میری والدہ مجھے آپ کے پاس لے کر آئیں۔ میرے والد انہی دنوں اچانک وفات پاگئے۔ آپ نے میری کمر پر کچھ پڑھا اور اللہ تعالیٰ کے نام (**یَاحَلِیْمُ یَاعَلِیْمُ یَاعَلِیُّ یَاعَظِیْمُ**) سوا لاکھ دفعہ پڑھنے کو بتایا۔ اس کے پڑھنے سے میری حالت بہت غیر ہوگئی لیکن میں نے ہمت نہ ہاری اور یہ عمل (تین دفعہ سوا لاکھ) ختم کیا۔ اسی دوران میری شادی ہوئی۔ اللہ تعالیٰ نے مجھے اولاد جیسی خوشی بھی دے دی لیکن میں آپ کے پاس آتی رہی اور پڑھائی کرتی رہی۔ آپ نے صدقات کروائے۔ ''دو انمول خزانے تقسیم کروائے'' لیکن میری طبیعت میں مختلف قسم کی تبدیلیاں آتی رہیں۔ مجھے لوگوں سے خوف آتا تھا اور ایسے محسوس ہوتا تھا کہ میں پاگل ہو جاؤں گی لیکن میں روتی اور اللہ پاک کے کلام کا سہارا لے کر وقت گزارتی رہی۔ جب میری شادی ہوئی تھی اس وقت میرے شوہر ایک نہایت بگڑے ہوئے نوجوان تھے۔ شادی سے ان کی کوئی خاص دلچسپی نہیں تھی۔ یہ اللہ پاک کے کلام کا اثر تھا کہ آہستہ آہستہ ان کی زندگی میں تبدیلی آنا شروع ہوگئی اور شادی کے بعد جلد ہی اللہ تعالیٰ نے مجھے اولاد جیسی نعمت سے نوازا لیکن میری طبیعت میں اتار چڑھاؤ آتا تھا لیکن کوئی ایسا دن نہیں جب میں نے پڑھائی میں کمی کی ہو۔ میں نے گھر کے کاموں کے ساتھ ساتھ پڑھائی بھی جاری رکھی۔ اس کلام نے میری شادی شدہ زندگی میں بھی بہت اچھا اثر ڈالا۔

حکیم صاحب! آپ نے پھر مجھے یہ والا درود شریف ''**اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ اَفْضَلَ صَلَوٰاتِکَ بِعَدَدِ مَعْلُوْمَاتِکَ وَبَارِکْ وَسَلِّمْ عَلَیْہِ o**'' بھی دیا جس سے مجھے واضح فرق محسوس ہوا اور میرے اندر ہمت، بہادری اور طاقت پیدا ہونے لگی۔

جب میں سسرال آئی، یہ بہت امیر گھرانہ تھا لیکن میرے شوہر کی آمدنی بہت کم تھی لیکن اللہ تعالیٰ نے مجھے اتنا صبر دیا کہ مجھے کسی قسم کی کمی محسوس نہ ہوتی۔ میں اپنے پڑھنے میں مصروف رہی۔ میرے شوہر کو اللہ تعالیٰ نے بہت دیا تھا لیکن بقول ان کے انہوں نے روپیہ بہت اجاڑا۔ وہ شراب پی کر راتوں کو دیر سے آتے تھے۔ خوبصورت تھے اس لیے ''گرل فرینڈ'' رکھنا ان کیلئے کوئی غلط بات نہ تھی ان کی Company نہایت خراب تھی لیکن میں نے صرف کلام پر یقین رکھا۔ اللہ تعالیٰ نے مجھے بڑے آپریشن سے بہت خوبصورت اور صحت مند بیٹی دی جو آج 15 سال کی ہے۔ وہ بھی ہر وقت دینی باتوں میں مشغول رہتی ہے۔ دعا کرتی ہے اور نماز میرے ساتھ پڑھتی ہے یہ اسی درود شریف کا صلہ ہے کہ میرے شوہر نے شراب پینا اور غلط لوگوں میں اٹھنا، بیٹھنا چھوڑ دیا ہے وہ اپنی بیٹی سے بہت محبت کرتے ہیں اور مجھ سے بھی بہت پیار کرتے ہیں۔ وہ خود کہتے ہیں تم نے مجھ پر پتا نہیں کیا پڑھ کر پھونک ماردی ہے۔ اللہ تعالیٰ نے انہیں بہت اچھی نوکری دی ہے اور مناسب تنخواہ بھی ہے۔ میری طبیعت میں بھی بہت فرق ہے۔ میں آپ کو دن رات دعا دیتی ہوں کہ مجھے آپ جیسا رہبر ملا۔ لوگوں کے درمیان اللہ تبارک تعالیٰ نے مجھے اپنے نام کی برکت سے بہت زیادہ عزت دی ہوئی ہے، میرے سسرال میں میری بہت اہمیت ہے، لوگ کہتے ہیں کہ کوثر تم ہمارے لیے دعا کیا کرو تمہاری دعا قبول ہوتی ہے۔ مجھے ایسے ایسے خواب نظر آتے ہیں جو نہایت سچے ہوتے ہیں، میں اکثر خواب میں آپ کی زیارت سے مستفید ہوتی ہوں۔ میرے شوہر کہتے ہیں ایک میرے حق میں دعا کردو کہ ہم سب امریکہ شفٹ ہو جائیں۔ میں ایک نارمل لڑکی کی طرح زندگی گزار رہی ہوں بغیر کسی دوا کے۔ مجھے راتوں کو نیند نہیں آتی تھی لیکن لوگ اب کہتے ہیں کوثر بہت سوتی ہے۔ الحمدللہ میری صحت دن بہ دن اچھی ہو رہی ہے۔ اگر میرے منہ سے کوئی لفظ نکل آئے تو وہ پورا ہو جاتا ہے۔ وہ لوگ جو میرے شوہر کا ساتھ نہیں چھوڑتے تھے۔ آج میرے شوہر نے ان کا خود ساتھ چھوڑ دیا ہے۔ حکیم صاحب! اس بیماری کے بعد میرا دماغ ایک مشین کی طرح چلتا رہتا تھا۔ رات کو بھی یہی کیفیت رہتی تھی لیکن آپ کے بتائے ہوئے ذکر (**یَاحَلِیْمُ یَاعَلِیْمُ یَاعَلِیُّ یَاعَظِیْمُ**) پڑھنے کے بعد رمضان المبارک کی ستائیسویں رات کو اچانک دماغ میں کوئی چیز چلنا ختم ہوگئی۔

حکیم صاحب! میں جس چیز کی تمنا کرتی ہوں میرے شوہر میری وہ تمنا پوری کر دیتے ہیں۔ میں آپ کو بتا نہیں سکتی کہ پچھلے ڈھائی سالوں میں میرے ساتھ ایسے ایسے واقعات رونما ہوئے کہ میں تصور بھی نہیں کر سکتی تھی اور میری تمام تدبیریں ناکام ہو جاتی تھی لیکن میں مایوس نہیں ہوئی اور میں مسلسل اللہ پاک کا ذکر ہر وقت کرتی رہتی تھی۔ میرے سامنے ذکر کرنے کا کوئی وقت متعین نہیں تھا۔ اسی دوران مختلف قسم کے وہموں نے بھی میرے اوپر کئی حملے کئے لیکن ہمیشہ اللہ کے ذکر سے مجھے سکون محسوس ہوا۔

خواب میں اور جاگتے میں ایسی ایسی مخلوقات نے مجھے پریشان کیا کہ میری عقل دنگ رہ جاتی۔ لیکن میں آپ کا بتایا ہوا ذکر (**یَاحَلِیْمُ یَاعَلِیْمُ یَاعَلِیُّ یَاعَظِیْمُ**) پڑھنا شروع کر دیتی اور اللہ پاک میری مشکلات کو حل کر دیتے۔

حکیم صاحب سسرال میں بھی اس ذکر کی وجہ سے مجھے کسی قسم کی تکلیف اور الجھن کا سامنا نہیں ہے اور میں اپنی ازدواجی زندگی میں بہت زیادہ خوش ہوں۔ میری طبیعت ذکر شروع کرنے سے پہلے کی نسبت اب بہت بہتر ہے لیکن ذہن میں کچھ تکلیف باقی ہے، وہ بھی امید ہے ٹھیک ہو جائے گی۔ میرے شوہر نے میرے اس ذکر کی وجہ سے ہر بری بات سے توبہ کر لی ہے۔ میرا سر بہت بھاری رہتا تھا وہ بھی صحیح ہو گیا ہے۔ حکیم صاحب! آپ کے بتائے ہوئے کلام نے مجھے بہت کچھ دیا ہے میں ان کو الفاظ کی شکل میں نہیں بیان کر سکتی۔ میں اپنی ہر دکھی دوست، رشتے دار کو آپ کا پتا دیتی ہوں۔

حکیم صاحب! صرف ایک درخواست ہے کہ میں ساری زندگی کسی قسم کی دوائی نہیں کھانا چاہتی صرف اللہ تعالیٰ کے کلام کے ذریعے ذہنی سکون چاہتی ہوں۔ دعا کریں کہ اللہ

پاک میری نسلوں کو بھی میری اس ذہنی بیماری سے بچائے۔

حکیم صاحب! الغرض مجھ پر بہت مختلف قسم کے دور آئے کبھی شک وشبہ کی صورت میں، کبھی مایوسی کی صورت میں لیکن میں نے ہمت نہ ہاری اور اس درود شریف اور دوسری تسبیحات نے مجھے ہمیشہ روشن پہلو دکھائے مجھے ہر وقت ایسا محسوس ہوتا تھا کہ مجھے رونا آرہا ہے لیکن وہ دور بھی گزر گیا۔

حکیم صاحب! سب سے بڑھ کر مجھے جو فائدہ ہوا وہ یہ ہے کہ میرے شوہر نے شراب پینا چھوڑ دی وہ کہتے ہیں کہ تم نے مجھ پر کوئی جادو کر دیا ہے۔ میری دماغی حالت بہت حد تک بہتر ہوگئی ہے۔ خاص طور پر میرے سر کا درد بہتر ہوگیا ہے۔ میرے سر کے بال ہر وقت کھینچے رہتے تھے اور کانوں میں ایسا محسوس ہوتا تھا جیسے آوازیں آتی رہتی تھیں۔ مجھے دو اڑھائی سال پہلے ایسا محسوس ہوتا تھا کہ کسی نے میرے دماغ میں پتھر رکھ دیا ہے۔ وہ بالکل صحیح ہوگیا ہے۔ حکیم صاحب! میری منفی سوچوں نے میرا کچھ نہیں بگاڑا، شاید وہ اس پڑھائی کا ہی اثر تھا۔ میرے لیے کچھ ایسا کریں کہ میں جتنی بھی زندگی ہے بالکل صحیح رہوں، اپنی اولاد کے بہترین مستقبل کی خاطر اور شوہر کی معاونت کیلئے۔

حکیم صاحب مجھے اللہ تعالیٰ کے ذکر سے دلی سکون ملا ہے۔ میری منزلیں آسان ہوگئی ہیں۔ لوگ میری عزت کرتے ہیں۔ مجھ سے مشورے لیتے ہیں۔ بچے مجھ سے بہت پیار کرتے ہیں۔ حکیم صاحب مجھے ایسے ایسے خواب آتے ہیں اور ایسے ایسے بزرگ نظر آتے ہیں، جن کو پہلے میں نے کبھی نہیں دیکھا تھا اُن میں آپ سرفہرست ہوتے ہیں۔ میں کئی دفعہ ایسی ایسی جگہوں پر جاتی ہوں جو میں نے پہلے کبھی نہیں دیکھی ہیں۔ سب سے بڑھ کر حکیم صاحب! میری نمازوں میں باقاعدگی آئی ہے۔ دین کی طرف مزید رجحان بڑھ گیا ہے۔ قرآن پاک کی تلاوت کرنا میرا روز کا معمول ہو گیا ہے۔ حکیم صاحب! میرا منہ کسی وقت نہیں رکتا جب میں پریشان ہوتی ہوں اس وقت بھی، خوشی کی حالت میں بھی اور سفر میں بھی یہ کلام (**یَاحَلِیْمُ یَاعَلِیْمُ یَاعَلِیُّ یَاعَظِیْمُ**) پڑھتی رہتی ہوں اور میرا ہر کام سنور جاتا ہے۔ میرے پرس میں پیسہ کبھی ختم نہیں ہوتا اگر ہو بھی جائے تو کہیں نہ کہیں سے مل جاتا ہے۔ میرے دماغ میں ''کہ میں پاگل ہو جاؤں گی اور بال'' کے خیالات ختم ہوگئے ہیں۔ میرا شوہر میرے ساتھ بہت زیادہ مخلص ہے اور میں خوش وخرم زندگی گزار رہی ہوں۔ میری آپ سے التجا ہے کہ ہمارے لیے دعا کریں کہ اللہ پاک ہمیں روحانی، جسمانی اور نفسیاتی بیماریوں سے محفوظ رکھیں اور اللہ تعالیٰ مجھے اور میرے خاندان والوں کو دین پر قائم ودائم رکھے۔ (آمین)

جوڑوں کے درد سے نجات حاصل کریں

آپ کی خدمت میں ایک سینے کا راز ارسال کر رہا ہوں۔ امید ہے ماہنامہ عبقری میں ضرور شائع ہوگا۔ ہمارے گھر میں ایک زمیندار کا آنا جانا ہے۔ جس کا نام ملک ہستم ہے۔ ملک صاحب بڑے تقویٰ والے، ملنسار اور عاجز طبع انسان ہیں۔ ایک دن ملک صاحب نے اپنی بیماری کی آپ بیتی بیان کرتے ہوئے بتایا کہ میں شدید جوڑوں کے درد میں مبتلا تھا۔ بسیار علاج کرائے۔ جس نے جہاں حکیم/ڈاکٹر کا پتہ دیا وہاں پہنچ گیا لیکن افاقہ نہ ہوا۔ ایک دن میں بازار کی مسجد میں نماز ادا کر رہا تھا۔ رکوع، قیام کے دوران میرے جوڑ (Joint) کسی شے کی ٹوٹنے جیسی آواز دے رہے تھے۔ ایک اجنبی بزرگ بابا جو کہ میرے قریب بیٹھا تھا اور ذکر اذکار میں مشغول تھا اُس نے میرے جوڑوں کی (ٹوٹنے جیسی) آواز سن لی تھی۔ نماز سے فارغ ہونے کے بعد اُس نے مجھے اپنے پاس بلایا اور بیٹھنے کا اشارہ کیا۔ میں بیٹھ گیا۔ اُس نے کہا آپ کے جوڑوں کی آواز میرے کانوں تک پہنچی ہے حالانکہ میں اُونچا سنتا ہوں اور آپ کو شاید درد بھی شدید ہوگا۔ میں نے کہا میری تکلیف خدا کو معلوم ہے۔ اُس نے کہا کہ میں آپ کو ایک نسخہ بتاتا ہوں اگر اللہ نے چاہا تو آپ کو یہ تکلیف کبھی نہیں آئیگی۔ نسخہ مذکورہ مندرجہ ذیل ہے۔

پانچ عدد دیسی مرغی کے انڈے لے لیں اور صبح نماز فجر کے بعد ایک عدد کچا انڈہ نہار منہ پی جائیے۔ اس کے بعد چار عدد سے لے کر آٹھ عدد تک بادام چبا کر کھائیے۔ انڈہ ایک دن چھوڑ کر استعمال کریں۔ پانچ انڈے دس دنوں میں استعمال کرنے ہیں۔ بادام روزانہ استعمال کریں۔ بادام کے استعمال میں ناغہ نہ ہو۔ اگر دس دن میں افاقہ نہ ہو تو علاج بڑھائیں۔ میں نے یہی نسخہ (یعنی 5 انڈے 10 دنوں میں کھائے) استعمال کیا اور اُس دن سے لے کر آج تک میں خدا کے فضل سے صحت یاب ہوں اور بابا کو آج بھی دعاؤں میں یاد کرتا ہوں۔

(فرمان علی۔ پشاور)

شوگر کے مرض کا آسان اور سستا علاج

آج سے 30 سال پہلے میرے والد صاحب ایک نیک سفر پر میرپور خاص گئے وہاں ایک ریٹائرڈ DSP سے ملاقات ہوئی تو انہوں نے اپنے والد صاحب کا ایک آزمودہ نسخہ بتایا جو وہ شوگر کے لیے خود استعمال کرتے تھے۔ ان کے والد صاحب کو کسی نے شوگر کی دوائی لیتے ہوئے نہیں دیکھا تھا۔ وہ یہی آسان سا نسخہ استعمال کرتے تھے۔

نسخہ ھوالشافی: اردو میں بھوسا، پنجابی میں جس کو توڑی کہتے ہیں جو کہ بھینس اور گائے وغیرہ کو کھلاتے ہیں۔ ایک چٹکی بھر لے کر مٹی کے برتن میں پانی ڈال کر رات کو بھگو دیں اور صبح نہار منہ چھان کر پی لیں۔ بس ایک دفعہ کر لیں اور ایک ہفتہ بعد شوگر ٹیسٹ کرائیں ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔ بہت ہی کار آمد نسخہ ہے والد صاحب نے جس کو بتایا ہے بہت فائدہ ہوا ہے۔ میری سالی کے بچے کو 500 تک شوگر تھی تو اس کو یہ والا نسخہ استعمال کرایا تو اس کی شوگر چند دنوں میں 250 رہ گئی۔

(محمد اقبال۔ کراچی)

حضور ﷺ کے سنہرے بول آپ کے لیے

حضور اکرم ﷺ نے ایک مرتبہ حضرت علی کرم اللہ وجہہ سے ارشاد فرمایا کہ اے علیؓ! رات کو روزانہ پانچ کام کر کے سویا کرو۔ (1) چار ہزار دینار صدقہ دے کر سویا کرو۔ (2) ایک مکمل قرآن شریف کی تلاوت کر کے سویا کرو۔ (3) جنت کی قیمت دے کر سویا کرو۔ (4) دو لڑنے والوں کے درمیان صلح کرا کر سویا کرو۔ (5) ایک حج کر کے سویا کرو۔

حضرت علیؓ نے عرض کیا۔ یا رسول اللہ ﷺ! یہ پانچ کام تو مجھ سے نہیں ہوسکیں گے۔ اس پر حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا:

(1) چار مرتبہ سورۃ فاتحہ یعنی الحمد شریف پڑھ کر سویا کرو۔ اس کا ثواب چار ہزار دینار صدقہ دینے کے برابر تمہارے نامۂ اعمال میں لکھا جائے گا۔ (2) تین بار سورۃ اخلاص یعنی قل ھواللہ شریف پڑھ کر سویا کرو۔ ایک قرآن مجید کی تلاوت کا ثواب ملے گا۔ (3) تین مرتبہ درود شریف پڑھ کر سویا کرو۔ جنت کی قیمت ادا ہو جائے گی۔ (4) دس مرتبہ استغفار پڑھ کر سویا کرو۔ دو لڑنے والوں کے درمیان صلح کرانے کے برابر ثواب ملے گا۔ (5) چار مرتبہ تیسرا کلمہ ''سبحان اللہ والحمد للہ'' مکمل پڑھ کر سویا کرو۔ ایک کامل حج ادا کرنے کا ثواب تمہارے اعمال میں لکھا جائے گا۔ (عثمان احمد کھوکھر، ڈسکہ)

جنسی صحت اور معاشرے کے مسائل

آقائے نامدار سرکار دو عالم فخر موجودات نور مجسم ﷺ کا ارشاد گرامی اسی لیے ہے کہ "نکاح میری سنت ہے" نکاح مشکل ہوگا تو زنا آسان ہوگا"

(ظہور احمد ملتانی)

جب انسان سن بلوغ کو پہنچتا ہے تو عنفوان شباب، امنگ اور جنسی تعلق پیدا کرنے کے لیے حظ نفس کا بے پناہ تقاضا اٹھنے لگتا ہے اور وہ اپنے اعضاء و جوارح کو صحیح اور غلط طریقہ پر جوش اور تلاطم کی حالت میں استعمال کرنے لگتا ہے۔ اسے اندازہ بھی نہیں ہوتا کہ وہ کیا کرر ہا ہے؟ اور کیوں کرر ہا ہے؟ اس کی زندگی کے ایسے سنگین اور حساس موڑ پر اگر اسے صحیح رہنمائی نہ ملے تو وہ اپنی جوانی اور بقیہ عمر کو تباہ کن خراب راستے پر ڈال دیتا ہے۔ اپنے جنسی جنون کے آگے پھر وہ کسی کی نہیں سنتا۔ حالانکہ جس طرح دنیا کے اور تمام کاروبار میں ایک انسان کا دوسرے انسان سے اختلاط ملاپ ضروری ہوتا ہے۔ اسی طرح جنسی میدان میں بھی اختلاط ضروری ہے لیکن اس جنسی میدان میں عورت اور مرد کا اختلاط معاشرہ کی ہم آہنگی کو ملحوظ رکھ کر قانونی حدود میں نکاح کے ذریعہ ہی عافیت کی ضمانت دے سکتا ہے۔ بے نکاح اختلاط یا غیر ضروری طور پر عورت کے بغیر جنسی آسودگی معاشرہ اور تمام انسانیت سے بغاوت ہے۔ نکاح کے ذریعہ اختلاط جنسی، ایک پختہ کار اور ٹھوس خوش حال زندگی کا اسی وقت ذریعہ ہوسکتا ہے جب کہ جانبین یعنی میاں بیوی میں ہمدردی، محبت، باہمی تعاون کی خوب فراوانی ہو۔ محبت کی فراوانی اسی وقت ممکن ہے جبکہ ہر شعبہ زندگی میں دونوں ایک دوسرے کے حقوق ادا کرتے رہیں، اسی لئے کہا گیا ہے کہ نکاح ایک معاشرتی مقدس معاہدہ ہے۔ تاکہ اسکے ذریعے جائز قانونی افزائش نسل ہو سکے اور ہر طرف سے یکسو ہو کر ازدواجی راحت حاصل کر سکے اور لوگوں کی نسل کا امتیاز کیا جا سکے ورنہ کوئی اولاد اپنے باپ کو کبھی نہ جان سکے گی، بلکہ ہوسکتا ہے کہ باپ بننے اور باپ کہے جانے کا حوصلہ ہی ختم ہو جائے۔ نہ کسی کی آبرو رہے اور نہ کسی کی جان کے تحفظ کی ضمانت۔

آقائے نامدار سرکارِ دو عالم فخرِ موجودات نور مجسم ﷺ کا ارشاد گرامی اسی لیے ہے کہ "نکاح میری سنت ہے"

بہر حال جنسی تقاضوں میں ناپختگی اور بے راہ روی کی وجہ سے جنسی آزادی اور انارکی سی جنسی خرابیاں پیدا ہوگئی ہیں۔ لوگ نکاح کی افادیت پر شک کرنے لگے ہیں۔ خانگی زندگی کو وبال جان سمجھنے لگے ہیں اور جنسی تعلیم پر زور دیا جا رہا ہے۔ حالانکہ ہمارے اسلامی اور مہذب معاشرہ میں جہاں قانون کی بالادستی ہو، جہاں اللہ پاک کے احکام کا احترام ہو، جہاں جنسی جرائم کی سزا کوڑے اور سنگ ساری ہو۔ وہاں جنسی تعلیم و تربیت مغربی بے دین سرپھروں کی الٹی منطق ہے۔ چور کو چوری کرتے ہوئے اور سزا دیتے ہوئے اس لئے ٹی وی اور اخبارات میں دکھایا جاتا ہے تاکہ لوگ عبرت پکڑیں۔ لیکن بچگانہ ذہنیت کے لوگ جب چور کو دیکھتے ہیں تو وہ سب محض چوری کی مہارت کو اختیار کرتے ہیں۔ ان کی مشق ان کو زیادہ مرغوب ہوتی ہے۔ بہر حال یہ مناظرہ کرنے کی جگہ نہیں۔ یہاں تو صرف تجربات اور حقائق پیش کرنا مقصود ہیں۔ اعداد و شمار اور حقائق کے پیش نظر محض دلائل اور لفظی تکرار کرنے سے کوئی رہبری یا معاشرہ کی تعمیر اور اصلاح نہیں ہوسکتی۔ اس بحث اور تمحیص سے آج تک کوئی خاطر خواہ فائدہ تو ہوا نہیں۔ ہاں تجربہ شاہد ہے کہ جنسی غلط کاریوں کا سبب بری صحبت اور گندے خیالات کے لوگوں سے اختلاط ہوتا ہے اور انسان کے اندر خوف کا جذبہ غالب آجاتا ہے۔ جو بڑھتے بڑھتے جنون اور پاگل پنے کا درجہ اختیار کر لیتا ہے۔ یا پھر یہی جنسی غلط کاری ان کو بالکل آزاد بنا دیتی ہے اور اس قدر آوارہ مزاج کر دیتی ہے کہ درندوں سے بھی زیادہ غیر مہذب ہو جاتا ہے بلکہ اکثر یہ بے راہ روی، خودکشی کرنے پر آمادہ کر دیتی ہے۔ پہلے طبقہ کے لوگ جنسی اختلاط سے گھبرانے لگتے ہیں۔ ان پر ہسٹریا کا دورہ پڑنے لگتا ہے اور دوسرے گروہ کے لوگوں کو جنسی اختلاط کی کثرت کی وجہ سے عزت و ناموس اور تن بدن تک کا ہوش نہیں رہتا۔ شریعت نے ہر قسم کے جنسی بحران کا سدباب کر دیا ہے۔ نوجوانوں کے خیالات پاک اور امنگیں پسندیدہ ہوجاتی ہیں اور عمر رسیدہ لوگوں کے لیے بھی جنسی آسودگی کی حدود مقرر کر دی ہے۔ اسلامی معاشرہ نہ کسی کو جنسی تقاضوں سے بیزار کرتا ہے اور نہ ہی نکاح سے قبل کسی غلط کاری کی اجازت دیتا ہے۔ کوئی تصور ہی نہیں کرسکتا کہ بغیر نکاح کے کوئی ماں یا باپ بن جائے۔ مغربی معاشرے میں بلکہ غیر اسلامی معاشرہ میں تو لوگ ماں باپ پہلے بنتے دیکھے جاسکتے ہیں اور بعد میں نکاح ہوتا ہے اور اس کو کوئی گناہ تو درکنار کوئی عیب بھی نہیں سمجھا جاتا۔ بلکہ ہم جنسی بھی قانوناً جائز قرار دے دی گئی ہے۔ بہر حال ہم یہاں پختہ کاری پر غور کرر ہے ہیں۔

معاندانہ اور انتقامی جذبات سے اجتناب:

پختہ کاری اور سنجیدگی صرف اسی وقت پیدا ہوسکتی ہے جب کہ انسان اپنی زندگی کی سطح کو معاندانہ شدت اور انتقامی جذبات سے بلندتر مقام پر پہنچا دے۔ ان جذبات کو مثلاً غصہ، نفرت، ظلم و ستم اور جھگڑا فساد کے نام سے کون واقف نہیں۔ اکثر لوگ ان جذبات ہی کو اپنی طاقت کا سرچشمہ سمجھتے ہیں حالانکہ یہ طاقت نہیں بلکہ یہ تو بچگانہ ذہنیت، سخت اور سنگین قسم کی ناتجربہ کاری، ناپختگی، احساس، خوف، احساس کمتری اور مایوسی کی کھلی ہوئی علامت ہوتی ہے۔ بچوں کی بھی تو یہی حرکتیں اور ذہنیت ہوتی ہے۔ ہر وقت لڑائی جھگڑا۔ ذرا کمزور پڑ گیا تو رونے، چلانے اور واویلا مچانے لگ گیا۔ دوسروں کے زیر پرورش اور سہارے پر چلنے والا ہوتا ہے۔ اب اس قسم کی ذہنیت اور افتاد طبیعت رکھنے والے انسان خواہ کتنے ہی بوڑھے اور عمر رسیدہ ہو جائیں۔ ہمیشہ بچوں ہی کی سی حرکت کرتے رہتے ہیں۔ ان سے ان کو کبھی مفر نہیں خواہ وہ کتنی ہی بڑی سلطنت یا مملکت کے سربراہ ہو جائیں۔ خواہ وہ کتنے ہی صاحب اقتدار ہو جائیں۔ ظالم کبھی شریف جذبات والا ہمدرد انسان نہیں ہوسکتا۔ وہ اپنے کو لاکھ طاقتور سمجھ لے لیکن وہ ناکام ہی کہلائے گا اور دنیا اسے برے نام سے یاد کرتی رہے گی۔

وہم اور حقیقت میں امتیاز:

پختہ کاری اور تجربہ انسان کو حقیقت اور وہم کے درمیان امتیاز پیدا کرنا سکھاتا ہے۔ ایک حقیقت پسند انسان خیالی تصورات کے قلعے نہیں بنایا کرتا۔ یہ تو ایک بچے کی خاصیت ہوتی ہے کہ وہ ہر خیالی چیز کو حقیقت مان لیتا ہے۔ چونکہ اسے اچھے اور برے اور نیک و بد کی کوئی تمیز تو ہوتی نہیں اس لیے اس کا فعل قابل سزا نہیں ہوسکتا۔ لیکن وہی بچہ بالغ ہو کر جب تمیز کو پہنچتا ہے اور پھر بھی وہی بچگانہ حرکت کرتا ہے تو نتیجہ ظاہر ہے وہ ایک اندوہ ناک مصیبت میں اور غلط قسم کے جذبات میں مبتلا ہو جاتا ہے اور اپنے مدمقابل دوسروں کی طرف محض بدگمانی اور غلط فہمی کیوجہ سے طرح طرح کی افواہیں گھڑنا شروع کر دیتا ہے۔ جس کو لوگ حقیقت سمجھنے لگتے ہیں اور اس کی کردار کشی کر کے اس کو ذلیل کرنے کے درپے ہو جاتے ہیں۔

سردی زیادہ لگے: جن لوگوں کو سردی زیادہ لگے وہ رات کو سوتے وقت زیتون کے تیل کے ایک یا دو چمچ پئیں۔

(بقیہ: ایڈیٹر کے قلم سے)

نہ بس کے فرش پر بیٹھنا ہوا، نہ لٹکنا ہوا بلکہ ڈاکٹر صاحب نے ہر شخص کو سیٹ میسر کی اور ہر شخص کا انفرادی احترام کیا۔ دوران حج منیٰ میں مشہور عالم اور درویش حضرت سید جاوید حسین شاہ صاحب مدظلہ کی صحبت میں مسلسل وقت گزرا وہ ہر سال اس گروپ کے ساتھ تشریف لاتے ہیں۔ فرمارہے تھے میرا مشاہدہ ہے کہ یہ گروپ ہر سال اپنے انتظام کو بہتر سے بہتر بناتا ہے۔ فیصل آباد کے مشہور مبلغ مولانا محمد رفیق جامی صاحب بھی ہر سال اسی گروپ کے ساتھ تشریف لاتے ہیں وہ بھی بہت زیادہ تعریف کررہے تھے اور دعائیں دے رہے تھے۔ معذور لوگوں کے لئے دوران حج اور حج کے علاوہ خاص توجہ اور دھیان کو ملحوظ رکھا گیا حتیٰ کہ یہاں تک کہ اگر وہ کنکریاں مارنے کے قابل نہیں ہیں تو ان کے لئے امانت دار لوگوں کا انتظام کیا گیا۔ جنہوں نے ان کی طرف سے شیطان کو کنکریاں ماریں اور بندہ نے اپنی آنکھوں سے ان لوگوں کو کنکریاں مارتے دیکھا۔ منیٰ سے مکہ مکرمہ واپس معذورین کو لانے کے لئے خصوصی سواری کا انتظام کیا گیا۔ حتیٰ کہ حاجیوں سے کہا گیا کہ وہ اپنا سامان منیٰ میں چھوڑ جائیں اور چاہیں تو آخری دن کنکریاں مارتے ہوئے آپ مکہ مکرمہ جانا چاہیں تو جاسکتے ہیں، سامان آپ کے کمروں تک پہنچ جائے گا۔ باتیں تو ساری انوکھی ہیں جو کسی اور پرائیویٹ گروپ میں نہ دیکھی نہ سنی نہ پائیں۔ ایک اور انوکھی بات یہ دیکھی کہ ساری سہولتیں دینے کے بعد بھی ڈاکٹر صاحب کی طرف سے حج کے بعد اعلان ہوا کہ حج کے پانچ دنوں کے دوران اگر کسی نے اپنی جیب سے کچھ خرچ کیا ہو وہ ڈاکٹر صاحب کو اطلاع کریں اس کی ادائیگی ہوگی اور واقعی ہوئی۔ میں نے ایک حاجی کو 85 ریال لیتے ہوئے دیکھا ایک کو 40 ریال لیتے ہوئے، ایک کو 65 ریال۔ اس طرح مختلف حجاج کو کم وبیش ادائیگی کی گئی۔ صفائی کا ایسا انتظام کہ پہلے کبھی نہ دیکھا۔ بستر اور تکیے کی چادر میلی ہونے سے پہلے تبدیل۔ بار بار عمرہ کرنے والوں کے لئے سواری اور سر منڈاونے کے لئے حجام کا انتظام ہر وقت موجود۔ زیارات کے لئے اپنی نگرانی میں ایئر کنڈیشنڈ بسوں میں حاجیوں کو لے کر گئے۔ دوران جوس، بوتلوں اور پھلوں سے تواضع کی جاتی رہی۔ باقاعدہ اعلان ہوا جو لوگ پیر اور جمعرات کا روزہ رکھنا چاہیں ان کے لئے سحری اور افطاری کا پرتکلف انتظام موجود ہوگا۔ جب مکہ مکرمہ پہنچے تو ہر حاجی کے لئے موبائل سم مفت دی گئی، جس میں 55 ریال کا بیلنس تھا۔ میڈیکل بالکل مفت تھا بلا مبالغہ ہزاروں روپے کی دوائی ہر حاجی کے لئے مفت تھی۔ عشاء کے بعد ڈاکٹر صاحب بیٹھتے، مریضوں کو چیک کرتے اور مفت دوائی دیتے۔ ڈاکٹر صاحب کا موبائل کبھی بند نہیں ہوتا تھا۔ دن رات جس وقت جو ضرورت، جو تکلیف، جو مسئلہ ہو ڈاکٹر صاحب کو کال کریں۔ ہر وقت دوائی موجود، ہر مسئلہ حل، حتیٰ کہ ڈاکٹر صاحب ہر کمرے میں آکر خود چیک کرتے اور دوائی دیتے۔ میرے سامنے کئی مریضوں کی ایمرجنسیاں ہوئیں۔ گاڑی میں خود لے کر گئے، ہسپتال میں داخل کرایا اور پھر ان کی مسلسل خیر خبر لیتے رہے۔ مجھے تو ڈاکٹر صاحب گوشت اور پوست کے بنے ہوئے انسان کم اور روبوٹ زیادہ نظر آتے تھے۔ عمومی تجربہ ہے کہ حاجی کو اتنا ستایا جاتا ہے، خاص طور پر پرائیویٹ گروپوں کے ساتھ کوئی حاجی کسی گروپ لیڈر کی دعا پر آمین نہیں کہتا لیکن میں نے اپنی آنکھوں سے دیکھا ڈاکٹر صاحب عرفات میں رو رو کر دعائیں کرا رہے تھے حضرت شاہ صاحب، جامی صاحب اور سارے حجاج رو رو کر آمین کہہ رہے تھے۔ معلوم ہو رہا تھا کہ اللہ جل شانہ، نے دعا قبول فرمالی ہے۔ یہ کسی حج گروپ لیڈر پر اعتماد کی پہلی مثال دیکھی ہے۔ ڈاکٹر صاحب کنکریاں مارنے کے لئے خود ساتھ جاتے تھے تاکہ کوئی راستہ نہ بھول جائے اور درست انداز سے حج کا یہ خاص عمل پورا ہوجائے۔ ہر رکن حج میں حتیٰ کہ طواف زیارت کے لئے خود ساتھ گئے اور حاجیوں کا خوب اکرام کیا۔ جدہ ایئرپورٹ پر حاجیوں کے سامان کے لئے خود انتظام کیا۔ کسی حاجی نے اپنا سامان پاس نہیں کرایا بلکہ ڈاکٹر صاحب نے تمام سامان کسٹم کے مراحل سے (چاہے جتنا بھاری سامان بھی تھا) خود پاس کرایا اور اپنی جیب سے خود ادائیگی کی، شارٹ پیکیج والوں کے لئے (23 دن) مدینہ منورہ میں بہترین فائیو سٹار موون پک جو حرم کی سب سے پہلی بلڈنگ ہے، میں قیام کرایا۔ کمروں میں بستر ٹھونسے نہیں اور کمروں میں زیادہ بیڈ نہیں لگوائے۔ حتیٰ کہ فیملی والوں کے لئے یہ سہولت دی کہ ان کی عورتوں اور مردوں کو بغیر اضافی چارجز کے ایک ہی کمرہ دیا جو کہ تین افراد کے لئے بھی تھا، دو کے لئے بھی، پانچ کے لئے بھی۔ مکہ مکرمہ میں شارٹ پیکیج والوں کے لئے فندق شہدا جو کہ فل فائیو سٹار اور حرم کے بالکل قریب ہے، اس میں بہت اعلیٰ کمرے دیئے اور کھانے کا ایسا اعلیٰ انتظام دیا کہ محسوس یہ ہوتا تھا کہ جیسے روز بارات کو کھانا کھلایا جائے۔ بندے نے یہاں تک دیکھا کہ کوسٹروں کے ڈرائیوروں کو کمبل اور سینکڑوں ریال بھی تحفہ میں دیئے۔ رات کے ڈیڑھ بجے جبکہ میں حرم سے ہوٹل واپس آرہا تھا، ان ڈرائیوروں کو خوش اور دعائیں دیتے ہوئے واپس جاتے دیکھا۔ واپسی پر ہر حاجی کو پانچ کلو اعلیٰ کھجوریں، دس لٹر کی زم زم کی پیک کین، ایک درجن تسبیح، ایک درجن خوبصورت ٹوپی، ایک عطر کی شیشی، ڈرائی فروٹس، انجیر اور خوبصورت کمبل دیا گیا۔ خواتین کو تین عدد خوبصورت اسکارف دیئے۔ بندہ چونکہ شارٹ پیکیج میں گیا تھا اور ہماری واپسی مدینہ منورہ سے تھی۔ مختلف حج گروپ کے حاجی بھی اسی جہاز میں تھے۔ ہم لائن میں لگے ہوئے تھے اور ہمارے پاسپورٹ سٹیمپ ہو رہے تھے۔ ایک حاجی نے مجھ سے سوال کیا کہ آپ کس پرائیویٹ گروپ کے ساتھ تھے۔ میں نے انہیں گلوبل حج عمرہ سروسز اور ان کا تمام پیکیج بتایا کہ انہوں نے کس طرح حاجیوں کی خدمت کی۔ یہ سن کر ان کے آنسو نکل آئے۔ کہنے لگے میں نے تو آپ سے ڈبل پیسے دیئے تھے نہ ہمیں کھانا دیا، نہ کوئی گفٹ اور نہ کوئی سہولت بلکہ اتنا ذلیل ہوئے کہ اب تو نعوذ باللہ آئندہ حج پر جانے کو دل ہی نہیں چاہتا۔ ان کی یہ بات سن کر قریب ہی ایک اور صاحب کھڑے تھے وہ کہنے لگے کہ ایسا ممکن نہیں کہ کوئی اتنی سہولت دے اور میری طرف اشارہ کرکے نہایت حقارت سے کہنے لگے یا تو آپ جھوٹ بولتے ہیں یا آپ ان کے ایجنٹ ہیں۔ ویسے بھی حج کے بعد میں نے جسے بھی یہ پیکیج بیان کیا وہ حیران ہوا کہ اتنی کم قیمت میں اتنی سہولت اور اتنا اکرام اور اتنا انتظام۔ بعض نے ماننے سے انکار کردیا اور بعض کو میری نیت پر شک گزرا۔ ایک صاحب کہنے لگے کہ میں نے فی آدمی تیرہ لاکھ روپے دیئے لیکن مجھے یہ سہولیات نہیں ملیں۔ ایک نے سات لاکھ دیئے، ایک نے پانچ لاکھ دیئے، ایک نے چار لاکھ دیئے، اس طرح مختلف لوگوں نے اپنا پیکیج بتایا اور سہولیات بالکل صفر۔ دوران حج ایک دوست نے بتایا کہ میری ملاقات مفتی شیر محمد علوی صاحب سے ہوئی۔ وہ کسی کے حج بدل کے لئے ساڑھے پانچ لاکھ میں تشریف لائے تھے۔ کوئی سہولت نہیں تھی اور نہایت پریشان تھے۔ اسی طرح مختلف لوگوں نے جب اپنے حج کی دردناک کہانیاں سنائیں تو مجھے اپنے پچھلے سفر حج یاد آئے اور پھر یہ سہولت بھرا سفر تو دل سے ڈاکٹر صاحب کے لئے دعائیں نکلتیں۔ قارئین! یہ چند سہولیات آپ کی خدمت اور پرزور اصرار کے بعد تحریر کیں ہیں حالانکہ اس گروپ کی یہ انوکھی خصوصیات ہیں جو شاید اور کسی گروپ میں نہ ہوں۔ یہاں ایک اہم بات ذہن نشین کرلیں کہ حج کا مقصد قربانی، مجاہدہ اور مشقت ہے ناکہ سہولیات۔ مطلب اور نیت تو یہ نہ ہوں ہاں اگر مل جائیں تو رب کی نعمت سمجھ کر استفادہ کریں ورنہ نیت یہ نہ ہو۔ ویسے قارئین بہت حج گروپ دیکھے، پرکھے، سُنے اور آزمائے لیکن یہ گروپ ہر لحاظ سے ایک عظیم خدمت کا جذبہ رکھے ہوئے ہے۔ ہر سال مختصر تعداد میں حجاج کرام کو لاتے ہیں اور محدود کوٹے کی وجہ سے ہر سال فروری سے حج کے لئے بکنگ شروع کردیتے ہیں۔

قارئین یہ میرا ذاتی مشاہدہ ہے مجھے دعویٰ نہیں لیکن مسلسل سفر کے بعد یہ تجزیہ جو کہ خاص طور پر حج کے سفر پر بندہ نے تحریر کیا مجھے پڑھنے والے جانتے ہیں کہ اس سے قبل سفر حج اور عمرہ پر باوجود قارئین کے اصرار پر کبھی نہیں لکھا۔

نوٹ: معاملہ میرا اور میرے رب کا ہے۔ میرا مقصد کسی کا ایجنٹ بن کر مقاصد یا مال حاصل کرنا ہے یا مخلوق خدا کو کسی درست اور مخلص انسان سے متعارف کرانا ہے۔ نیتوں کا حال اللہ جانتا ہے۔

خاص الخاص عمل:- بندہ شاہی مسجد لاہور کے ایک خادم کو جانتا ہے۔ نہایت غریب، مفلس شخص۔ دل میں بیت اللہ دیکھنے کی تڑپ تھی۔ کسی سے سوال بھی نہیں کرسکتا تھا۔ بندہ نے یہ عمل بتایا کچھ عرصہ کیا۔ ایک دن ایک صاحب قریب سے گزرے۔ کہنے لگے اللہ کا گھر دیکھنے کا شوق ہے؟ یہ تڑپ اٹھے کیوں نہیں۔ وہ صاحب کہنے لگے شناختی کارڈ فلاں جگہ پہنچا دینا اور یوں اس نے اللہ تعالیٰ کا گھر دیکھ لیا۔ ایک غریب عورت جو لوگوں کے گھروں میں کام کرتی تھی، دل میں حج کرنے کی تڑپ تھی۔ اسے یہ عمل بتایا، اب تک 3 حج کرچکی ہے۔ غیب سے اللہ تعالیٰ نے اسباب بنائے۔ اس طرح کے بیشمار واقعات ہیں اگر بیان کرنا شروع کردوں تو احاطہ قلم سے بالاتر ہیں۔

خاص الخاص عمل یہ ہے: اذان کے بعد اور مسنون دعا کے بعد 3 بار تلبیہ یعنی **لَبَّیْکَ اَللّٰھُمَّ لَبَّیْکَ** آخر تک پڑھیں۔ حج کی نیت سے یا عمرے کی نیت سے 40 روز اور روزانہ خوشبو لگا کر سورۃ والضحیٰ پڑھیں۔ یہ عمل نہایت خلوص اعتماد اور یقین سے کریں مسلسل اور مستقل، پھر رب کی قدرت کا کرشمہ دیکھیں۔ (انشاء اللہ)

(بقیہ: سیب طاقت اور قوت کا خزانہ)

جاتا ہے۔ (۴۴) شربت سیب جو کہ اعصابی طاقت دیتا ہے کو یوں تیار کیا جا سکتا ہے آدھ سیر سیب کا اچھی طرح سے جوس نکال لیں۔ پھر اس کے اندر عرق گلاب ایک سیر کا اضافہ کرلیں۔ اس کے بعد آدھ سیر چینی ملا کر قوام بنائیں۔ جب گاڑھا ہو جائے تو آگ سے اتار کر ٹھنڈا ہونے پر بوتلوں میں بھرلیں۔ دوتولے شربت ہمراہ پانی صبح وشام استعمال کریں۔ (۴۵) سیب کو خوب چبا چبا کر کھانا چاہیئے تا کہ اس کے مفید اجزاء دانتوں اور مسوڑھوں کو مضبوط کریں۔ (۴۶) اگر بچے کو سیب کی قاشیں تراش کر دی جائیں اور بچہ اس کو چبا کر کھائے تو اس کے دانت بآسانی نکل آتے ہیں۔ (۴۷) سیب ایک عدد لے کر اچھی طرح سے چھیل کر تھوڑا نمک لگا کر صبح نہار منہ تین روز تک کھانے سے سر درد کی شکایت دور ہو جاتی ہے۔ (۴۸) بھوک میں اضافہ کرنے کیلئے آدھ سیر جوس سیب میں کالی مرچ، زیرہ اور نمک معمولی مقدار میں ملا کر پینے سے فائدہ ہوتا ہے اور غذا بھی جز و بدن بنتی ہے۔ (۴۹) سیب کا مربہ ایک دانہ صبح ورق نقرہ میں لپیٹ کر کھانا مقوی قلب اور مقوی دماغ ہوتا ہے۔ بینائی کو طاقت دیتا ہے۔ (۵۰) سیب وسواس سوداوی کو رفع کرتا ہے اور وبا کو نافع ہے۔ (۵۱) بچھو کے زہر کو دور کرتا ہے اس کیلئے ایک پاؤ جوس دن میں چار دفعہ پلائیں اور سیب کا گودا کاٹنے والی جگہ پر باندھیں۔ (۵۲) صفراء کا غلبہ اور جوش خون کو مفید ہوتا ہے۔ (۵۳) کچے سیبوں کو گرم کر کے ورم پر لگانا مفید ہوتا ہے۔ (۵۴) ترش سیب نسیان (بھول جانے والی بیماری) پیدا کرتا ہے۔

(بقیہ: خواتین کے لیے بیش بہا نیکیاں)

☆ دنیا میں کوئی بلا، وبا، آفت نہیں جو کچھ ہے بندوں کے گناہوں کی سزا ہے، جو بندوں کو دنیا میں دی جاتی ہے جن کی بدولت اللہ اپنے بندوں کے گناہوں کو معاف کر دیتا ہے۔ درجات بلند فرماتا ہے۔ ☆ اللہ تبارک و تعالیٰ کے اسمائے الحسنیٰ کے ذریعہ سے دعا مانگیں تو اللہ تعالیٰ دعا کو رد نہیں کرتے۔ کاروبار، زندگی، معمولات زندگی میں اللہ کے ذکر اور حضور ﷺ پر درود بھیجنے کو روزانہ کا معمول بنائیں۔

(بقیہ: اسلامی نظامِ طہارت اور یورپی معاشرہ)

یہ ہے استنجا اور ڈھیلا کا مسئلہ جس پر غیر اور بعض ناواقف نو تعلیم یافتہ مسلمان ہنسی اڑایا کرتے ہیں۔ صحت وصفائی کے نقطہ نظر سے ان میں سے کون سی قباحت یا کونسا امر قابلِ اعتراض ہے۔ استنجا کرنے کے بعد بایاں ہاتھ جس سے صفائی کا کام لیا جاتا ہے صاف مٹی پر رگڑ کر یا بامر مجبوری صابن سے دھو لیا جاتا ہے۔ ہاں اس صفائی یا استنجا کے سلسلہ میں ایک پابندی بھی ہے جو بظاہر بالکل معمولی سی بات معلوم ہوتی ہے مگر درحقیقت ہے بڑی پُر حکمت۔ شارع اسلام علیہ الصلوٰۃ والسلام نے فرمایا: ''فراغت کے بعد متعلقہ حصہ جسم کی صفائی، ہڈی اور گوبر سے ہرگز نہ کرنی چاہیے کیونکہ یہ جنات کی خوراک ہے۔''
جنوں کے متعلق عوام توہمات وتصورات کے پیش نظر یہ بات بڑی مضحکہ خیز معلوم ہوتی ہے لیکن جن کے لغوی معانی پر غور کیا جائے تو اس امتناع کی حقیقت واضح ہو جاتی ہے۔ عربی میں جن کا لفظ ہر مخفی چیز موذی یا غیر موذی کے لئے استعمال ہوتا ہے۔ کوئی خطرناک کام کرنے والا انسان مثلاً فلک بوس عمارت تعمیر کرنیوالا معمار، بلی، شیر وغیرہ بھی جن کہلاتے ہیں۔ اسی طرح اس لفظ کا اطلاق غیر مرئی جراثیم پر بھی ہوتا ہے۔

(بقیہ: خواتین پوچھتی ہیں؟)

تک پچاس بار گن کر مالش کریں۔ پھر اسی طرح بازو پر کرنے سے آپ کے اعصاب اور پٹھے مضبوط ہوں گے۔'' پہلے زمانے میں سر میں تیل کی مالش کی جاتی تھی۔ سرسوں کا خالص تیل استعمال کیا جاتا تھا۔ سر میں درد نہیں ہوتا تھا۔ بال گھنے اور سیاہ رہتے تھے۔ اسی طرح زچگی کے بعد روزانہ پورے جسم پر تیل کی مالش کی جاتی تھی جس سے کمزوری دور ہو جاتی تھی۔ اب مالش کا رواج ختم ہو گیا ہے۔ مالش کے لیے آپ سرسوں کا تیل یا زیتون کا تیل استعمال کر سکتے ہیں۔ سردی کے موسم میں تیل ہلکا گرم ہونا چاہیے۔ ٹھنڈا تیل نقصان دیتا ہے۔ سر کے بالوں میں ہفتہ میں ایک بار ضرور تیل لگا کر مالش کرنی چاہیے اس سے آپ کو بہت سکون ملے گا۔ سرسوں کا تیل دیکھ کر لینا چاہیے۔ خراب تیل کو صاف کرنے کے لیے ایسی چیزیں ڈالی جاتی ہیں جو بالوں کو نقصان دیتی ہیں، بالوں کو سفید کرتی ہیں اور قبل از وقت گنجا کر دیتی ہیں۔

(بقیہ: حضرت جنید بغدادیؒ)

اور آدھا چاندی کا۔ دراصل یہ حضرت جنیدؒ کی نظر کیمیا گر کا اثر تھا مگر قدرت نے حضرت جنیدؒ پر یہ راز ظاہر کر دیا کہ خود ان کی ایک نگاہ ستون سنگ کی ماہیت کو بدل سکتی ہے۔ حضرت جنیدؒ کا مشہور قول ہے کہ جو قرآن حکیم کا پیرو نہ ہو اور حضور اکرم ﷺ کا مقلد نہ ہو اس کی تقلید ہرگز ہرگز نہ کرو ورنہ گمراہ ہو جاؤ گے۔ ایک اور موقع پر آپؒ نے فرمایا کہ رسالت مآب ﷺ کے راستے کے سوا تمام راستے مخلوق پر بند ہیں۔ آپ کے قول مبارک کی تشریح یہ ہے کہ حضور ﷺ کا راستہ چھوڑ کر جس راستے پر چلے گمراہی اس کا مقدر بن جائے گی۔ حضرت جنید بغدادیؒ اس قدر عبادت گزار تھے کہ پورے تیس سال تک ایک پاؤں پر کھڑے ہو کر ذکر خدا میں مشغول رہے۔ یہاں تک کہ نماز فجر کا وقت آجاتا اور عشاء کے وضو سے فجر کی نماز ادا کرتے۔ پھر 298 ھ میں اسلام کا یہ جانباز تھک کر بستر علالت پر دراز ہو گیا۔ مریدوں نے سمجھا کوئی عام سی بیماری ہے، جلدی گزر جائے گی مگر وہ مرض الموت تھی۔ جمعۃ المبارک کے دن آپ تلاوت قرآن پاک کیے جا رہے تھے جب سورۂ بقرہ کی آیت نمبر 70 پر پہنچے تو ایک لمحے کے لیے ٹھہر گئے پھر آپ نے کسی قدر بلند آواز میں بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ کہا اور روح مبارک آسمانوں کی طرف پرواز کر گئی۔ جب آپ کا جنازہ اٹھایا گیا تو ایک سفید رنگ کا کبوتر آیا اور جنازہ کے ایک کونے میں بیٹھ گیا۔ لوگوں نے اس کو اُڑانے کی کوشش کی لیکن وہ نہ اُڑا اور کہا کہ مجھے اور اپنے آپ کو رنج نہ دو کیونکہ میرے عشق کی جڑیں کانی مضبوط ہیں۔

(بقیہ: سلیقہ مندی)

دکان بہت جلد کامیابی کے ساتھ چلنے لگی مگر چند سال کے بعد ان کی دکان ختم ہو گئی۔ اس کی وجہ یہ تھی کہ انہوں نے آمدنی اور لاگت کے فرق کو نہیں سمجھا۔ مثلاً ان کی دکان پر اگر ۵ ہزار روپیہ کا کپڑا بکے تو اس میں ساڑھے چار ہزار روپیہ لاگت کا ہوتا ہے اور ۵۰۰ روپیہ آمدنی کا، مگر وہ دکان میں آتی ہوئی رقم کو اس طرح خرچ کرنے لگے جیسے کہ ۵ ہزار کی پوری آمدنی کی رقم ہو۔ ظاہر ہے کہ یہ فضول خرچی کی بدترین شکل تھی چنانچہ چند سال میں وہ دیوالیہ ہو کر ختم ہو گئے۔ اس دنیا میں سلیقہ مند زندگی کا نام خوشحالی ہے اور بے سلیقہ زندگی کا نام بدحالی۔

(بقیہ: بابرکت ہستی کا معجزہ)

ان کا قد بہت متناسب تھا۔ وہ اپنے ساتھیوں میں سب سے ممتاز اور سب سے حسین تھے۔ ان کے ساتھی ایسے تھے کہ جب وہ کچھ کہتے تھے تو وہ ادب اور خاموشی سے سنتے، جب کوئی حکم دیتے تو اسے کرنے کے لیے دوڑتے۔ نہ وہ بدمزاج تھے اور نہ زیادہ باتیں کرنے والے۔'' ابو معبد یہ سن کر بول اٹھے: ''واللہ!...... یہ تو وہی ہیں جن کا ہم نے ذکر سنا ہے...... اگر میں اس وقت آجاتا، جب وہ یہاں تھے تو میں ان سے درخواست کرتا کہ مجھے اپنے ساتھ رکھ لیجئے...... اُم معبد! اگر تمہیں اس کا موقع ملے تو ضرور ایسا کرنا۔''

(بقیہ: پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن وسلوک)

قبول اسلام سے پہلے روئے زمین پر مجھے آپ ﷺ سے زیادہ کسی سے نفرت وعداوت نہ تھی (معاذ اللہ) لیکن اب آپ ﷺ سے بڑھ کر دنیا میں کوئی محبوب نہیں۔ کل تک میں دین اسلام کو مذاہب عالم میں بدترین مذہب سمجھتا تھا لیکن آج میری نظر میں مذاہب عالم میں سب سے بہترین دین اسلام ہے۔ اسی طرح شہر مدینہ میرے نزدیک دنیا کے تمام بلاد میں سب سے زیادہ نفرت انگیز جگہ تھی لیکن اب یہی میرے لیے سب سے زیادہ پسندیدہ مقام ہے۔ (بخاری ومسلم)

(بقیہ: روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ)

اسی محفل کی بدولت میں دو انمول خزانے کے وظائف کو مستقل پڑھ رہا ہوں۔ ایک دن دو انمول خزانے کا ورد کرتا کرتا میں سو گیا۔ خواب میں دیکھتا ہوں کہ بہت بڑا میدانِ حشر ہے ہم کچھ رشتے دار وہاں پر موجود ہیں۔ کچھ لوگ جو فوت ہو چکے تھے وہ بھی زندہ اٹھتے ہیں، آسمان سے بہت ہی تیز قسم کی بجلی گرج رہی ہوتی ہے، چمک بھی ہوتی ہے اور آسمان سے سبز گنبد اتر رہا ہوتا ہے اور آسمان کی دوسری طرف دو انمول خزانے اور اللہ تعالیٰ کے نام اور حضرت محمد ﷺ کے نام مبارک لکھے جا رہے ہوتے ہیں۔ ہم سب لوگ منظر دیکھ رہے ہوتے ہیں۔ کچھ دیر بعد ایک عورت زعفران، دودھ اور بادام سے بنا کھانا لے کر آتی ہے جسے ہم سب بڑے شوق سے کھاتے ہیں۔ پھر ایک غیبی آواز آتی ہے۔ اے میرے بندے میرے دو انمول خزانے تمہارے پاس ہیں اور تمہارے دو انمول میرے پاس ہیں۔ پھر وہی غیبی آواز میرے والدہ کو کچھ پڑھنے کے لیے کہتی ہے۔ اسکے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (محمد مسعود۔ ملتان)

سورتوں کے فضائل

☆ سورۃ فاتحہ اللہ کے غضب سے بچاتی ہے۔
☆ سورۃ یٰسین قیامت کے دن کی پیاس سے بچاتی ہے۔
☆ سورۃ الواقعہ فقر و فاقہ سے بچاتی ہے۔
☆ سورۃ الملک عذاب قبر سے بچاتی ہے۔
☆ سورۃ الکوثر دشمن کے شر سے بچاتی ہے۔
☆ سورہ الکافرون موت کے وقت کفر سے بچاتی ہے۔
☆ سورۃ الاخلاص منافقت سے بچاتی ہے۔
☆ سورۃ الفلق حادثوں سے بچاتی ہے۔
☆ سورۃ الناس وسوسوں سے بچاتی ہے۔
(عبداللہ۔ لاہور)

پتھری، ڈائیلاسز اور پیشاب کے غدود لاعلاج نہیں

مسئلہ اگر گردے کی پرانی پتھری کا ہو جو کئی بار آپریشن کے بعد بھی بار بار بن جاتی ہو۔ گردے کا درد، پیشاب کی بندش یا رکاوٹ ہو یا پیشاب قطرہ قطرہ آتا ہو۔ جسم پر اور چہرے پر ورم ہو جاتی ہو یا پھر پتھری ٹوٹ کر پیشاب کی نالی میں اٹک گئی ہو۔ مریض درد کی شدت سے بے قرار اور تڑپ رہا ہو۔ ایسے تمام پیچیدہ عوارضات میں ہماری خالص جڑی بوٹیوں سے تیار دوائی ایک عظیم تریاق اور شفا ہے۔ حتیٰ کہ جن مریضوں کے گردے کمزور ہو گئے ہوں اور یوریا، یورک ایسڈ اور کریٹینن بڑھ گئی ہو اور مریض ڈائیلاسز کے قابل ہو چکا ہو۔ یہ دوائی اس وقت بہت ہی کام کی چیز ہے۔ بے شمار لوگوں نے سالہا سال آزمایا ہے۔ آزمائش کے بعد ہم نے اس کا کورس مرتب کیا ہے۔ الغرض گردوں کے امراض، حتیٰ کہ پتے کی پتھری کے لیے بھی لاجواب چیز ہے۔ پراسٹیٹ یعنی غدود بڑھ جائیں اور آپریشن کے بغیر چارہ نہ ہو تو پھر اس دوائی کا کمال دیکھیں۔ ہاں اعتماد سے کچھ عرصہ استعمال ضروری ہے۔ پراسٹیٹ کے ایسے مریض جنہیں ہر وقت جلن اور پیشاب رُک رُک کر آتا تھا یا بند ہو جاتا تھا انہوں نے یہ دوائی استعمال کی تو پھولے اور بڑھے ہوئے غدود ختم ہو کر پیشاب کے مسائل بالکل ختم ہو گئے۔ (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

بے اولادی اور بانجھ پن قابل علاج ہیں

ایسے مریض جو لیبارٹری ٹیسٹ کے مطابق اولاد پیدا کرنے کے قابل نہیں اور مادہ تولید میں وہ اجسام کمزور ہیں جو اولاد کے قابل بناتے ہیں۔ بے شمار علاج کرا چکے ہوں۔ حتیٰ کہ اب دواؤں کے نام سے چڑ جاتے ہوں۔ سب جگہ سے اعتماد ختم ہو چکا ہو۔ گھریلو زندگی اولاد کے نہ ہونے کی وجہ سے ویران ہے۔ سکون، چین نہیں۔ دنیا کی سب نعمتیں ہیں لیکن اولاد کی نعمت نہیں ہے۔ ایسے مایوس اور اولاد کے غم سے نڈھال مریض تسلی رکھیں اور پریشان نہ ہوں۔ آپ کچھ عرصہ یہ بے اولادی کورس استعمال کریں۔ اگر یہ مرض عورتوں میں ہے تو وہ کچھ عرصہ پوشیدہ کورس استعمال کریں۔ یقین جانیے یہ بے اولادی کورس ایسے مردوں کو بھی فائدہ دے گیا ہے جو بالکل زیرو تھے اور ایک فی صد بھی زندہ اجسام مادہ تولید میں نہیں تھے۔ مایوس اور لاعلاج مریض متوجہ ہوں اور گھر کے آنگن میں اولاد کی نعمت پائیں۔ دوائی استعمال کرنے سے پہلے ٹیسٹ کروائیں اور ایک ماہ کی دوائی کھانے کے بعد ٹیسٹ دوبارہ کرائیں۔ آپ حیرت انگیز واضح فرق محسوس کریں گے۔ ابتدائی طور پر کم از کم ایک ماہ دوائی کھانا لازم ہے۔ (قیمت -/2200 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 30 یوم)

شوگر کا خاتمہ ممکن ہے

ہمارے شعبہ تحقیق نے بہت ہی کوشش اور جستجو کے بعد ایسے قدرتی خالص اجزاء پر مشتمل ادویات تیار کیں ہیں جو شوگر کے ان مریضوں کے لیے نہایت مفید ہیں جو گولیاں کھا کھا کر اپنے گردوں سے ہاتھ دھو چکے ہیں یا دھونے والے ہیں۔ شوگر کی وجہ سے دل کی کمزوری، پٹھوں کا کھچاؤ، سستی رہنا، دماغی کمزوری، یادداشت کی کمی، نگاہ کی کمزوری، خاص طاقت اور قوت کی زبردست کمی، ٹانگوں کا درد، گھنٹوں سو کر بھی جسم کا چست نہ ہونا۔ ڈپریشن، ٹینشن تھوڑا سا کام کر کے تھک جانا، بیزاری، بے قراری، اور طبیعت کا الجھا ہوا رہنا۔ یہ تمام عوارضات ہوں یا بتدریج ہو رہے ہوں تو یہ کورس جسم میں روح کی مانند ہے اور اندھیرے میں چودھویں کے چاند کی مانند ہے۔ اگر اس کورس کو کچھ عرصہ مستقل اور اعتماد سے استعمال کر لیا جائے تو شوگر اور اس سے پیدا ہونے والے تمام مہلک عوارضات (ان شاءاللہ) ہمیشہ کے لیے ختم ہو جائیں گے۔ آج ہی یہ کورس شروع کریں اور اپنی مردہ زندگی میں جان ڈالیں۔ اعتماد اور آزمائش شرط ہے۔ نوٹ: (فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں) (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 15 یوم)

کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد وبال کیوں؟

جوڑوں کا درد، کمر کا درد یا پٹھوں کا پرانا درد کسی بھی عمر میں ہو۔ آپ ادویات کھا کھا کر عاجز آ چکے ہوں۔ جسم بے کار ہو گیا ہو۔ زندگی دوسروں کے لیے بوجھ اور اپنے لیے وبال بن گئی ہو۔ ایسے تمام حالات میں یہ دوائی (جس کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں) جو خالص جڑی بوٹیوں سے تیار ہے اور جسم کو ہلکا، تندرست اور جوڑوں کی دردوں اور ورموں کے لیے آخری چیز ہے۔ ایسے مریض جو کمر کے لیے بیلٹ یا خاص بستر استعمال کرتے ہیں یا جوڑوں کے درد کی وجہ سے عبادت اور زندگی کی ضروری حاجات سے بھی عاجز ہیں، ان کے لیے ایک تحفہ اور خوشخبری ہے۔ اعتماد اور بھروسے دوائی استعمال کریں کیونکہ یہ دوائی ایسے پرانے مریضوں کے لیے بھی مفید ہے جن کے ہاتھ، پاؤں ٹیڑھے ہو گئے تھے۔ یہ دوا کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کرنے سے آپ کو معاشرے کا ایک صحت مند اور تندرست شخص بنا دے گی۔ اس کے علاوہ یہ دوائی جسم کو توانائی ہر قسم کی طاقت اور فٹنس کے لیے بھی حیرت انگیز رزلٹ دے گی۔ نوٹ: فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں۔ (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

چہرے کا حسن و جمال نکھر سکتا ہے

کیل مہاسے، چھائیاں، داغ، دھبے، غیرضروری بال اور جھریاں ختم

مردوں اور عورتوں کے چہرے کے حسن و جمال کے لیے کیل مہاسے، چھائیاں، داغ دھبے، غیرضروری بال اور جُھریاں زہر ہیں۔ ظلم یہ ہے کہ ان پر ایسی کیمیکل بھری زہریلی کریمیں لگائی جاتی ہیں جو وقتی فائدے کے بعد دائمی داغ اور دھبے چھوڑ جاتی ہیں۔ حتیٰ کہ انسان اپنا چہرہ کسی کو دکھانے کے قابل بھی نہیں ہوتا۔ کئی شادیاں صرف چہرے کے حسن و جمال کی وجہ سے ناکام ہوئیں کیونکہ میاں ہو یا بیوی پہلی نظر تو چہرے پر ہی جاتی ہے۔ اگر چہرہ دلکش اور خوبصورت نہ ہو تو لوگوں کا اعتماد اور محبت ختم ہو جاتی ہے۔ سالہا سال کے تجربات کے بعد خالص جڑی بوٹیوں کے مرکب سے ایک کورس مرتب کیا ہے جس میں لگانے کے لیے ایک دیسی کریم بھی ساتھ ہوگی۔ یہ کھانے اور لگانے کی دوائی، اندرونی اور بیرونی نظام کو صاف شفاف کر کے چہرے کو چاند کی طرح بنا دیں گے۔ حتیٰ کہ کیل مہاسے الرجی اور خون کی خرابی، حدت، معدے کی تیزابیت اور دیگر نسوانی یا مردانی خرابیاں دور ہو جاتی ہے۔ پھر چہرے پر لگانے کے لیے خوشبودار دیسی کریم تو ایک دفعہ لگانے سے ہی فوری اپنا رزلٹ دیتی ہے۔ حتیٰ کہ چند بار لگانے سے نئی زندگی، نیا حسن اور اعتماد بڑھتا ہے۔ یہ ایک ماہ کا کورس ہے۔ پرانی مرض کے لیے کچھ عرصہ مستقل دوائی کھانا لازم ہے۔ تمام قسم کے مصالحہ جات، ہر قسم کا گوشت، مصنوعی مشروبات اور تلی ہوئی چیزوں سے سخت پرہیز کریں۔ عجیب چیز یہ ہے کہ اس دوائی کا کوئی بھی سائیڈ ایفیکٹ نہیں۔
نوٹ: عورتیں صرف محرم کے لیے کورس استعمال کریں۔ کیونکہ غیر محرم کے لیے حسن و جمال جائز نہیں (قیمت -/2000 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 30 یوم)

عبقری الحمدُللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔